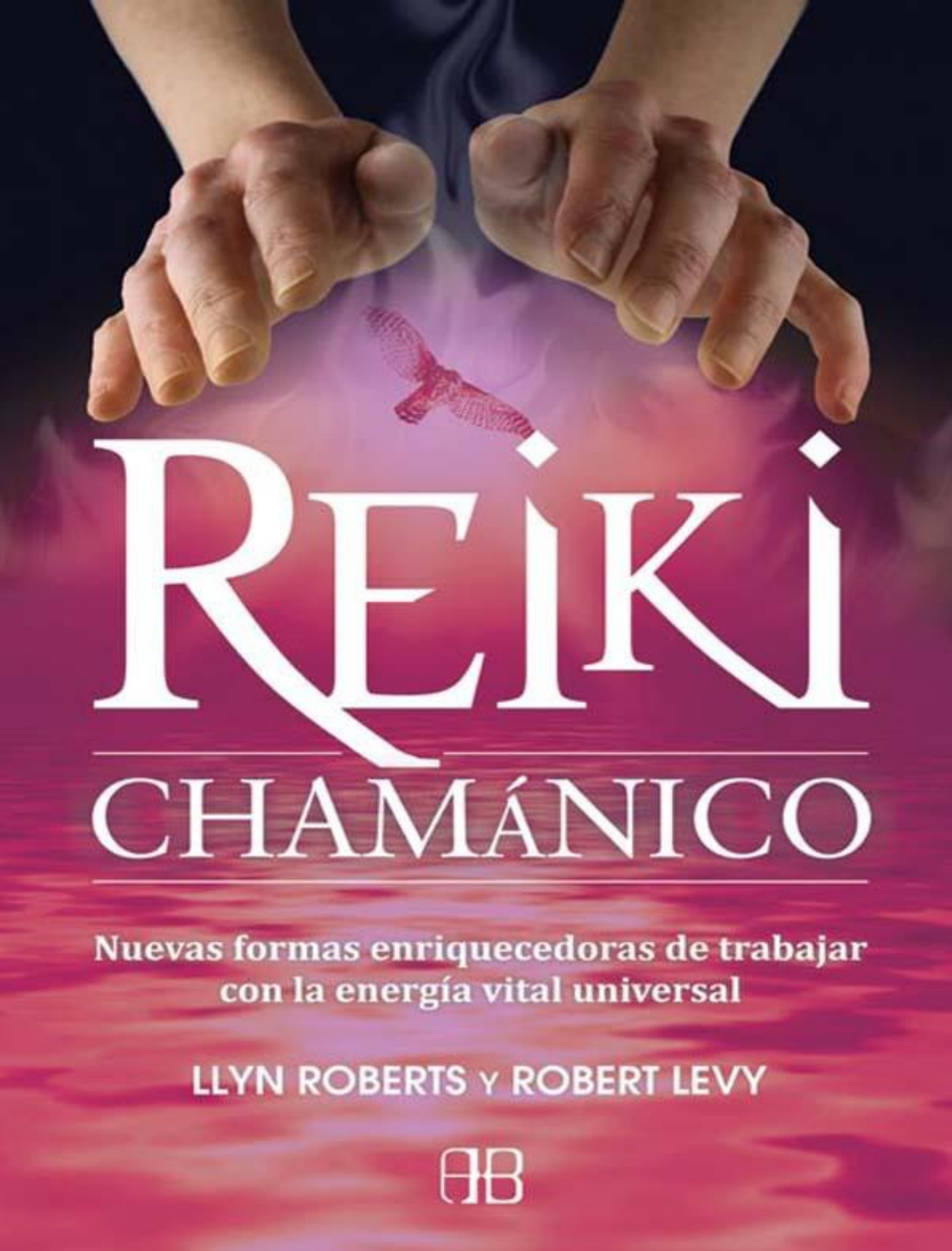

REIKI CHAMÁNICO

Nuevas formas enriquecedoras de trabajar con la energía vital universal

LLYN ROBERTS y ROBERT LEVY

AB

Título original: *Shamanic Reiki*

Traducción: Blanca González Villegas

Diseño de cubierta: Rafael Soria

© 2008, Llyn Roberts y Robert Levy
Publicado originalmente en Reino Unido por O Books, en 2008
Laurel House - Station Approach
New Alresford HAMPSHIRE SO24 9JH (UK)

Editado por acuerdo con O Books

De la presente edición en castellano:

© Arkano Books, 2011
Alquimia, 6 - 28933 Móstoles (Madrid) - España
www.alfaomega.es

Primera edición E-BOOK: diciembre de 2011

ISBN: 978-84-15292-05-0

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ÍNDICE

ACERCA DE LA OBRA

AGRADECIMIENTOS Llyn Roberts - Robert Levy - Agradecimientos especiales

NOTA DE LOS AUTORES

CAPÍTULO 1. Reiki, chamanismo y reiki chamánico

CAPÍTULO 2. La eliminación y transformación de las intrusiones energéticas

CAPÍTULO 3. La eliminación de las

cuerdas energéticas perniciosas

CAPÍTULO 4. La utilización del reiki chamánico para desviar bloqueos energéticos

CAPÍTULO 5. El poder de sanación de los elementos

CAPÍTULO 6. Cambiar la energía de acontecimientos pasados

CAPÍTULO 7. Cambios de forma, símbolos y guías chamánicos del reiki

CAPÍTULO 8. Viaje en el tiempo para impedir la pérdida del alma

CAPÍTULO 9. Reiki chamánico y vidas

anteriores

CAPÍTULO 10. Creación de un continente sagrado para tu trabajo

CAPÍTULO 11. Sanación reiki chamánica a distancia ……

CAPÍTULO 12. La transformación de uno mismo y del mundo

ACERCA DE LOS AUTORES

ACERCA DE LA OBRA

«Los alumnos me preguntan a menudo si puede establecerse un vínculo entre el reiki y la sanación chamánica. Llyn Roberts y Robert Levy nos enseñan de forma brillante que sí se puede y, lo que es más importante, nos muestran cómo hacerlo. Existe una gran necesidad de *Reiki chamánico*. Este libro nos revela el poder del amor, la luz y el respeto hacia todas las formas de vida. Roberts y Levy han hecho un trabajo magnífico.»

Sandra Ingerman,

autora de *Soul Retrieval* y *Libérate de pensamientos tóxicos: herramientas sencillas para tu transformación personal*

«No es un libro corriente. *Reiki chamánico* nos presenta la combinación del reiki y el chamanismo con una rara empatía, sabiduría y penetración. Es un libro que llega al corazón de la condición humana.»

Ipupiara Makunaiman,
chamán de la cuenca amazónica
brasileña y sanador
de la tribu ure-reu-wau-wau, el
«pueblo de las estrellas»

«La alquimia entre chamanismo y reiki es oro puro en las manos de Llyn Roberts y Robert Levy. *Reiki chamánico* lleva el concepto de sanación energética hasta un nivel completamente nuevo. Es algo más que un libro de información práctica, puesto que nos habla de la salud del espíritu humano, un viaje que todos debemos realizar.»

Brian Luke Seaward,
autor de *Stand Like Mountain, Flow Like Water* y *Quiet Mind, Fearless Heart*

«Reiki chamánico nos ofrece el regalo de la magia sanadora. Es un libro

práctico y sobresaliente dotado de una profundidad que habla al alma y constituye una referencia fundamental para los practicantes de chamanismo y reiki. Roberts y Levy nos proporcionan todas las habilidades necesarias para sanarnos a nosotros mismos y a los demás y para conocer más en profundidad nuestra alma. Una lectura fascinante para todo aquel que esté interesado en la salud y el bienestar, con unos conocimientos que pueden ponerse en práctica con facilidad en la vida diaria. Un libro para conservar y consultar a menudo.»

Ross Heaven,
autor de *Love's Simple Truths,*

The Way of the Lover y *Plant Spirit Shamanism*

«Las técnicas de sanación chamánica resultan útiles para suprimir los obstáculos del sendero espiritual. Del mismo modo, pueden también ayudarnos a eliminar bloqueos energéticos similares que crean enfermedad. Entender la energía como una herramienta de sanación y totalidad, descrita con gran detalle por los autores, ayudará al reikista a comprender algunos de los fenómenos que pueden acontecer durante los tratamientos de reiki (y como resultado de estos). *Reiki chamánico* constituye una guía

maravillosa, fácil de seguir, que ilumina el patrón que se esconde tras la sanación chamánica y energética. Enhorabuena a Llyn y Robert por su magnífico trabajo.»

Paula Horan,
autora de *Exploring Reiki, 108 Questions and Answers*

«Al fin contamos con un libro inspirador que entreteje dos importantes modelos de sanación: el chamanismo y el reiki. Roberts y Levy demuestran claramente y con elegancia, partiendo de su amplia experiencia, la importancia que tiene para todos, ya seamos clientes o sanadores, ser canales y vasos dignos de la Fuerza Vital. Los autores son unos

guías de confianza e inteligentes que nos conducen sutilmente hacia un mayor entendimiento entre la dinámica de la salud y el bienestar.»

Tom Cowan,
autor de *Chamanismo, guía práctica*,
En la senda del chamán, *Yearning for the Wind*,
Fire in the Head: Shamanism and the Celtic Spirit
y *The Way of the Saints: Prayers, Practices and Meditation*

«Yo he sido sanado por grandes chamanes de muchas culturas y grandes maestros de reiki. He sentido el poder mágico de todos ellos combinado en las

sanaciones personales de Llyn Roberts. Ahora este increíble libro, *Reiki chamánico*, nos abre a todos esa puerta. Llyn y Robert nos guían a través de un viaje a la sanación y el autodescubrimiento que integra técnicas ancestrales con las necesidades de nuestro mundo moderno.»

John M. Perkins,
autor del éxito de ventas *Confesiones de un gánster económico, la cara oculta del imperialismo americano; Manipulados, un gánster económico revela por qué la economía mundial se ha venido abajo*

y qué hacer para rehacerla, y *La historia secreta del imperio americano: gánsteres económicos, asesinos a sueldo y toda la verdad sobre la corrupción global*

«*Reiki chamánico* es un libro magnífico. Honra y funde la sabiduría intemporal de las antiguas tradiciones de sanación con los nuevos enfoques emergentes y las enseñanzas prácticas. Es un puente de luz entre mundos que rinde homenaje a lo mejor de cada uno de ellos. El concepto de que la antigua energía de sanación chamánica es similar al reiki abre un nuevo horizonte

que combina las riquezas de ambas tradiciones sanadoras. Estas enseñanzas nos aportan claves para participar con la sabiduría viva de la tierra.»

Cleicha Toscano,
chamana, sanadora y anciana de
origen peruano

«*Reiki chamánico* abre una valiosa caja de herramientas para todo aquel que busque expandir su práctica de reiki tradicional. Roberts y Levy ofrecen un generoso surtido de planteamientos para animar al lector a elegir lo que mejor le funcione dependiendo de su relación única con el espíritu y con todo aquello que sea convocado en el proceso de

sanación. *Reiki chamánico* me aportó un montón de ideas para mi propia práctica y variaciones de técnicas familiares que espero explorar.»

Christopher Penczak,
autor de *Magick of Reiki*

AGRADECIMIENTOS

LLYN ROBERTS

Me siento enormemente agradecida al espíritu por abrirme al reiki chamánico…, ¡aunque no lo hiciera con un susurro, sino con un trueno! Ha transformado mi vida y ha sido el inicio de profundos viajes en otras personas.

Doy las gracias a John Harvey Gray por situarme en el camino del reiki y a Jeffrey Martin por presentarme el reiki no tradicional. Me siento agradecida al doctor Donald M. Epstein y a Kathlyn

Hendricks por su trabajo transformador. Gracias a Rachel Leah, Luana Collins Rubin y Laurie Farrell por guiarme hace muchos años, así como a Karen Spillane, Marina Belazzi, Peter Clark, Marilyn Dexter, Adria Diel, Virginia Dumas, Stacey Gibbon, Jan Rowdy, Jan Russillo, Mary Warejcka, a los aprendices, compañeros de expedición y otros por sus contribuciones. Mi gratitud va dirigida a Marina Nelson y Susan Lang por su inspiración. Extiendo un profundo aprecio a Beth Power, al doctor Joel Shrut, a Wendy snow Fogg (Misty Meadows in NH), por compartir, recrear y apoyar mis primeros días de reiki chamánico; también a Holly Brown y los practicantes y participantes de los

círculos de sanación comunitaria de Maine (Colorado) y New Hampshire (EE.UU.).

Siento una profunda gratitud hacia los clientes, los participantes en los talleres y viajes del Dream Change y, una vez más, hacia mis aprendices. Vuestra sanación, creatividad e inspiración evolucionan los dones de vida del chamanismo, el reiki y el reiki chamánico. Vuestro espíritu y sabiduría están junto a mi corazón y son inseparables de este libro.

Doy las gracias a mis hijos Sayre y Eben Herrick por su paciencia y estímulo y por ser unas personas tan amables e inspiradas; ofrecéis esperanza

al mundo futuro. Mi profunda gratitud para Caryn Markson por su inquebrantable amor y afinidad espiritual; tu ayuda ha sido inconmensurable, y tu amistad, un regalo poco común. También doy las gracias a Patti Chiburis, Steve Roberts, a los colegas de Dream Change y a mis queridos amigos Joanne Baker, Marilyn Dexter, Bill Pfeiffer, Lynda Phelps, Bob Southard, Sarah Stockwell-Arthen, Mary Warejcka y el círculo de aprendices del 2007 por alentarme y acogerme durante las múltiples *pruebas chamánicas* que coincidieron con la escritura de este manuscrito.

Estoy en deuda con las enseñanzas de

Chogyam Trungpa Rinpoche, y la corriente de sabiduría del linaje Kagyu. Asimismo aprecio todo lo que he aprendido y experimentado en la Universidad Naropa (Boulder, Colorado), The School for International Training (Brattleboro, Vermont) y Dream Change, Inc., unas instituciones conscientes que están transformando el mundo. Todos ellos han despertado y enraizado la llamada de mi alma.

Extiendo la veneración y el aprecio más sincero a los siguientes maestros, ancianos y chamanes, así como a las tierras, los espíritus y las tradiciones que los impregnan. Sin ellos este libro no existiría: Ai-Tchourek (Moon Heart),

Angaanqak (Uncle), Gerardo Barrios, Mercedes Barrios Longfellow, Dusya y el Shor, Daniel Wachapa, Tatyana Kobezhikova, Herrel y Aida y Nina, Kenin Lopsan, Ipupiara Makunaiman, Theo Paredes, José Joaquín Pineda, don Esteban y Jorge y José Tamayo, Alberto Taxo, Cleicha Toscano, María Juana y Antonio Yamberla, Diana Velasquez y Tenzin Wangyal Rinpoche. Doy las gracias a Dream Change y a John Perkins, al Omega Institute, Michael Harner, Juan Gabriel Carrasco y Ecotrek, Bill Pfeiffer y la Sacred Earth Network, Lisa Woody, Rollanda Kongar, Sasha y Luba Arbachakov, Boris Fomin, Valentina Glavcheva y otras personas por hacer posibles

muchas de estas conexiones.

Doy las gracias a Robert Levy por su paciencia, sentido del humor e inspiración, y por ser un gran compañero para escribir este libro. También a nuestro editor, John Hunt, por convertir este sueño en realidad.

Me siento agradecida a John Perkins por ser mi mentor durante once años, por abrirme todas las puertas correctas, por su amor, por su apoyo y por estar siempre ahí. Doy las gracias al doctor John E. Mack, cuyo amor y cercanía me protegen más allá de su muerte.

LLYN ROBERTS,
Western Massachusetts y Whidbey Island (Washington)

Julio de 2007

ROBERT LEVY

En el verano de 1995 di mis primeros pasos por un sendero de sanación que comenzó con el estudio del chamanismo y rápidamente me llevó a armonizar con el reiki. Desde entonces he trabajado con muchos maestros a los que deseo mostrar mi reconocimiento. Sin su dirección seguiría siendo un novicio con empeño.

Estoy convencido de que tanto el chamanismo como el reiki no son modalidades estáticas, sino que se están adaptando constantemente al tiempo y la situación del que los practica. Cada

persona que se convierte en maestro chamánico o de reiki aporta su propia perspectiva y sus gustos individuales a la práctica. Cada estudiante de chamanismo debería, en mi opinión, tomar aquello hacia lo que sienta afinidad y que se adapte a su carácter único. Eso es lo que yo he hecho. Lo que aprendí tanto de chamanes occidentales como indígenas ha sido moldeado según mi propia personalidad y según cualquier espíritu que estuviera guiando cuando lo introduje en mi *bagaje curativo*.

Como los asuntos chamánicos suelen enseñarse de formas similares pero diferentes, me resulta imposible

recordar las fuentes de todo lo que he aportado a este libro. Por eso pido disculpas por no ser más concreto acerca de *quién* me enseñó *qué*. También reconozco que el propio espíritu ha sido mi maestro más poderoso y ha tejido, adaptado e integrado todo lo que iba recibiendo de mis maestros humanos.

Deseo, por tanto, dar las gracias a las siguientes personas que me han guiado, impulsado y mantenido en un sendero de sanación que empezó hace mucho tiempo: Tom Cowan, Christina Pratt, Nan Moss, David Corbin, John Matthews, Alberto Villoldo, Michael Harner, Robert Moss, Hank Wasselman

y Hanakia Zedec. También deseo dar las gracias a los maestros de reiki Enoch Davis, Steven Scheld y Raja Shaheen, así como a todos los miembros pasados, presentes y futuros del New York Shamanic Circle.

Un agradecimiento muy especial a las siguientes personas, que me concedieron el respeto de *colega* mucho antes de que llegara a ese estado, y que además de ser mis maestros, también han llegado a ser buenos amigos: Llyn Roberts, John Perkins, la doctora Eva Bruce y Aimee Morgana.

Doy las gracias a Llyn Roberts, mi coautora, por trabajar en armonía conmigo a la hora de reflejar el trabajo

que ambos amamos en palabras, así como por su amor, su amabilidad y su paciencia.

Mi gratitud más profunda para Ipupiara Makunaiman y Cleicha Toscano, cuyo empuje final me ancló plenamente en el camino de ser un sanador. Me ayudaron a darme cuenta de que, a pesar de no ser un chamán indígena, lo que el espíritu susurra en mis oídos (y lo lleva haciendo desde 1995) es igual de válido que lo que susurra en los suyos. El amor, la dirección y la confianza de Ipu y Cleicha en mí me ayudaron a abrir mi corazón para poder escuchar la voz del espíritu y confiar en ella. Por ese motivo

reconozco al espíritu como la fuente última y única de sanación y poder. Por ello le estoy eternamente agradecido.

Y, por último, a Shigeko LaPlaca…, ¡por la única razón de que la quiero!

ROBERT LEVY,
Nueva York y Miami del Norte (Florida)
Julio de 2007

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

Llyn Roberts y Robert Levy extienden su agradecimiento especial a las siguientes personas por sus valiosísimas

contribuciones durante el proceso de edición de *Reiki chamánico:*

Bob Southard: maestro de reiki chamánico, practicante e hipnoterapeuta. Bob desarrolló la técnica de Hypnojourney© y es el autor de *Ordinary Secrets – Notes for Your Spiritual Journey*. Ha coproducido la serie de CD *Pathways to Inner Peace* (meditaciones, viajes e Hypnojourney©) con Llyn Roberts. Ha trabajado con Dream Change durante muchos años y está al frente de su junta directiva. Para más información acerca de Bob y sus trabajos: www.dreamchange.org y www.boston-mystery.com.

Mary Warejcka: maestra de reiki

chamánico y practicante que ofrece sesiones individuales y clases en la zona de Dallas (Texas). Escritora y editora profesional, tiene un máster en Estudios Teológicos y se centra en ayudar a las personas a conectar con su sabiduría interior, con los demás, con el espíritu y con los elementos. Se puede contactar con ella en el teléfono +1-214-929-7902 o en mary@manypathsway.net. Página web: www.manypathsway.net.

Susan Dowling-Slover: practicante de chamanismo y medicina energética. Está graduada en el Barbara Brennan School of Healing y ha estudiado con chamanes eminentes de todo el mundo. Promueve las tradiciones ceremoniales chamánicas

y de culto a la tierra como prácticas de la vida diaria, asesora a sanadores y practicantes de chamanismo y mantiene una consulta privada en Connecticut para adultos y niños. Se puede contactar con ella en The Shoreline Center for Wholistic Health, +1-203-453-5520 o en www.thepeacehouse.net y su@thepeacehouse.net.

NOTA DE LOS AUTORES

El descargo de responsabilidad puede minimizar las posibilidades de intervención espiritual/energética y minar la inteligencia práctica de sus practicantes. Dicho eso, este libro se ofrece con un propósito informativo y el usuario acepta toda responsabilidad por la puesta en práctica de la información que en él se presenta. Los sistemas de sanación energética como el chamanismo, el reiki y el reiki chamánico suelen considerarse terapias complementarias a las modalidades

médicas y psicológicas, y los practicantes espirituales no están autorizados a diagnosticar ni tratar enfermedades médicas o psicológicas. Siempre se aconseja a clientes y practicantes que se pongan en contacto con un profesional médico autorizado.

A todo aquel que esté preparado para adentrarse
en el portal del reiki chamánico.
Esperamos que te
transformes y que, al hacerlo,
transformes el mundo.

A la 'energía vital universal',
Que sabe lo que es bueno para nosotros incluso
cuando nosotros mismos lo ignoramos,
y que,
sin embargo, muestra una paciencia

infinita
mientras despertamos a nuestra propia
sabiduría.

CAPÍTULO 1

REIKI, CHAMANISMO Y REIKI CHAMÁNICO

Muchas personas creen que el pasado más lejano del universo era el vacío. Creen que no se manifestó vida inteligente para distinguir este vacío. No existía el tiempo ni la materia. Entonces algo sucedió. De este vacío se engendró un universo. Y en este universo también se engendraron, con el tiempo, nuestra galaxia, nuestro Sol, nuestro planeta y

las especies que vivieron y viven hoy en día sobre él.

De los muchos temas que rodean el mito de la creación, vamos a analizar uno. Muchos creen que la creación no fue un acto fortuito de acontecimientos interrelacionados que de repente dieron lugar a un universo. Más bien tienen el convencimiento de que tanto nosotros como todo lo que contiene este universo estamos aquí por el deseo de una conciencia superior. Por qué, cómo o cuándo sucedió son asuntos que no les preocupan. Lo único que saben es que este poder superior, que llamaremos espíritu, es el responsable. Esta creencia se basa en una palabra: fe.

La fe se define en parte como una creencia y confianza plena en algo para lo que no existen pruebas. Parafraseando un verso de *Milagro en la calle 34*, «Fe es creer en algo cuando el sentido común nos dice que no lo hagamos».

Este libro trata de la modalidad de sanación por imposición de manos denominada reiki y de muchas más cosas. Te enseñará a integrar el chamanismo y otros planteamientos diferentes en una sesión de reiki para profundizar tu práctica y empoderar a tu cliente. Te mostraremos cómo la progresión del reiki al trabajo chamánico es algo natural porque ambos se basan en principios similares. No

vamos a entrar a discutir cuestiones relativas a la procedencia de la energía del reiki o a por qué el chamanismo funciona. Lo cierto es que no lo sabemos y creemos que es poco probable que alguien lo sepa. Lo que contamos en este libro debe ser recibido con el mismo tipo de fe que sostiene una creencia en el espíritu que sólo puede ser demostrada mediante la experiencia. No aceptes a ciegas lo que leas, pero, por favor, recorre estas páginas con el corazón y la mente comprometidos con ello. Ábrete a la posibilidad de que la sanación pueda ser extática y tan enriquecedora para tu vida como jamás pudiste soñar. Que tus sueños sean amplios y deja que nuestra experiencia

te guíe.

FUNDAMENTOS DEL REIKI

El reiki fue redescubierto por el doctor Mikao Usui a principios del siglo XX, y sus inicios están envueltos en controversia. Su legado fue transmitido oral y experimentalmente, aunque más tarde se plasmó por escrito. Puede que esté de moda discutir quién dijo o hizo esto o lo otro, o cuál es la forma correcta de practicar el reiki, pero nosotros no vamos a entrar en este debate. Ya existen suficientes libros que lo diseccionan como si fuese un pavo listo para ser trinchado y presentado en la fuente. Aunque algunas personas se enredan en discusiones intelectuales, lo importante es practicarlo de una forma

que te resulte armoniosa.

Trabajar con reiki significa trabajar con energía. Es sencillo, seguro y fácil. La palabra *reiki* es un término japonés que suele traducirse como 'energía vital universal'. Practicarlo significa convertirse en un canal que permita a esta energía universal pasar a través de ti de forma que pueda ser recibida por otra persona. Lo que separa al reiki de otras modalidades de sanación por imposición de manos es que, para convertirte en un canal que reciba la energía, debes ser iniciado por un maestro. La iniciación te abre para recibir y canalizar la energía reiki a los demás.

Podemos imaginar que es como si tuviéramos en nuestro interior un receptor de radio de frecuencia AM que nos permitiera aceptar, percibir y experimentar todo aquello que se emitiera en esa frecuencia. Supongamos que todo lo que está en nuestro mundo normal emite en esa frecuencia. Imagina que la energía reiki, sin embargo, emite en frecuencia FM. Por tanto, para recibir esta energía necesitarías también un receptor de FM. El proceso de iniciación sería algo así como implantar ese receptor de FM en tu cuerpo. A partir de ese momento podrías percibir y experimentar tanto la FM como la AM, lo que te permitiría aceptar la energía

reiki y canalizarla hacia los demás.

Los maestros de reiki enseñan e inician a las personas en el reiki, que por regla general se divide en tres niveles. Personas de todo el mundo asisten a talleres de primer nivel para aprender la historia del reiki y el proceso de iniciación, y para ser iniciados. Existe una escuela que divide la iniciación en cuatro secciones, mientras que otras las combinan en una sola. Y muchas más pueden dividir esta iniciación de un modo completamente distinto. Si lo hacen con la intención de proceder a la iniciación de los alumnos del primer nivel, todas ellas son válidas. La práctica y la experiencia del reiki

suelen incluirse en el primer taller.

Los talleres de segundo nivel intensifican la energía reiki y permiten al reikista canalizar la energía a distancia y efectuar una sanación más profunda. Este nivel introduce también los símbolos que empoderan estas intenciones: el Símbolo del Poder, el Símbolo Mental Emocional y el Símbolo de la Sanación a Distancia. En estos talleres se explica cada uno de ellos y los alumnos practican su uso.

El tercer nivel te abre para que canalices unos grados de energía reiki mayores que en el segundo y los estudiantes reciban un símbolo o símbolos adicionales de maestría. Se les

faculta para realizar iniciaciones y enseñar sus propios niveles de reiki. Las personas que han alcanzado este tercer nivel de reiki reciben el título de maestros. Los enfoques son muy variados, pues algunas escuelas enseñan el tercer nivel en un taller de fin de semana, mientras otras dirigen a los aspirantes a maestros a lo largo de unos periodos de aprendizaje que duran meses o años. Una variante de la enseñanza de profesores del tercer nivel es el tercer nivel de maestro practicante. Suele tratarse de talleres de fin de semana que aportan energía de maestría a los practicantes serios que no se sienten inspirados para enseñar o que se están preparando para el nivel de

profesor. Los maestros practicantes de reiki no lo enseñan y no hacen iniciaciones.

El término *maestro* asociado con el reiki puede echar atrás a algunas personas. Quizá esto se deba, en parte, a que este término suele aplicarse a los artesanos. Hace muchos años, si un muchacho deseaba convertirse en carpintero, empezaba a trabajar como aprendiz. Tras un periodo de tiempo en el que iba adquiriendo destreza, el muchacho dejaba de ser un aprendiz para convertirse en oficial. Eso significaba que sabía más que un aprendiz pero que aún no era tan diestro como para poder recibir el apelativo de

artesano. Tenía que pasar más tiempo para que aumentara la habilidad del joven, lo que le permitiría dejar atrás el título de oficial y convertirse en un artesano, un carpintero. De este modo, tras crecer en experiencia y talento, el hombre maduro que en un tiempo fue el muchacho aprendiz era ahora denominado maestro carpintero, maestro artesano. En este contexto, el término de maestro implica una excelencia y un conocimiento superiores a los del practicante común de cualquier oficio. Lo mismo podría decirse de los discípulos religiosos que demuestran niveles elevados de maestría espiritual. Utilizando este contexto, se podría aplicar lo mismo para el reiki, aunque

rara vez suele hacerse.

Aunque algunas escuelas exigen que los practicantes demuestren un nivel de conocimiento y destreza que satisfaga a sus profesores antes de concederles el título de maestros de reiki, en la mayoría no sucede así. Resulta útil considerar el término *maestro de reiki* como algo que se refiere menos al individuo y más a la energía en sí misma. Todas las iniciaciones y las sesiones de reiki son válidas y poderosas. Llegar a ser un maestro de reiki significa que una persona puede canalizar una energía de nivel *maestro* en beneficio de otros. Como la energía de maestro y su iniciación están enfocadas a alcanzar el

nivel de sanación del alma, tanto el reikista como el cliente se sienten apoyados hasta que alcanzan su potencial más elevado. Se trata de un camino de descubrimiento, sanación y empoderamiento único para cada persona.

CÓMO FUNCIONA EL REIKI

El reiki no es una religión ni necesita un sistema establecido de creencias para funcionar. No requiere meditaciones, encantamientos, rituales ni ceremonias. No tienes que poner música, encender velas o incienso, ni hacer nada especial. Lo único que haces es establecer la intención de canalizar el reiki. Luego colocas las manos sobre ti mismo, sobre otra persona, sobre un animal, una planta, tu comida o el aire que te rodea en una habitación en la que sientes que la energía está estancada, densa o constreñida. También puedes dirigirla a una persona o un lugar distantes o a un acontecimiento pasado o futuro. La

energía seguirá a la intención.

Para hacerte una idea concreta de cómo funciona, imagina una esfera de luz situada en el cielo encima de ti. Esta luz es la fuente inteligente de la energía reiki. El hecho de que el reiki posea su propia inteligencia es fundamental para cualquier práctica de reiki. Te comunicas con esa luz de una forma que te resulte armoniosa y con la intención de canalizar su energía en ese momento para beneficiar a otra persona. La bola de energía reiki emite un rayo de luz/energía que viaja hasta ti. Esta luz/energía entra en tu cuerpo por la parte superior de la cabeza, pasa a través de tu corazón y tus brazos y se

irradia desde tus manos, penetrando todo aquello sobre lo que las hayas colocado.

Eso es todo. No se necesita nada más. La energía es impulsada por tu intención. Se cree que la energía reiki viaja allí donde va a hacer un bien mayor, dirigida de forma innata por su propia inteligencia. El practicante de reiki puede colocar sus manos sobre la cabeza del cliente, pero la energía puede ir a los brazos, el pecho, la espalda o los pies. El yo superior del receptor establece una relación directa con ella, y ella sabe exactamente dónde se la necesita y acude a ese punto, con independencia del lugar en el que estén

colocadas las manos del terapeuta. Un practicante de reiki no es más que una caña hueca que permite a la energía pasar a través de su cuerpo hasta otra persona.

Otra forma de considerarlo es imaginar que el reiki es una fuerza sanadora natural de vida que debe formar parte de todos nosotros, pero que cuando la vida moderna nos aparta de la naturaleza, nos separa también de ella. Mediante el proceso de iniciación, el practicante de reiki obtiene nuevamente el acceso a esta energía. Cuando el reikista tiene la intención de que la energía beneficie a otra persona, la conexión con esta fuerza vital vuelve a

despertarse en el receptor. Se crea un vórtice en el que el contacto del terapeuta sobre el cuerpo del cliente no sólo introduce el reiki en el cliente, sino que también permite que la energía reiki circule por sí sola durante el siguiente día. Esta energía reiki equilibrará los sistemas físicos, limpiará las toxinas en todos los niveles y ayudará a calmar la mente y a abrir el corazón. De todas formas, es importante recordar que el practicante de reiki actúa sólo como un conducto que permite el paso de la energía.

El practicante de energía reiki no amplifica ni dirige su energía personal, sino que accede al poder universal.

Como este poder posee su propia inteligencia y actúa de forma coherente para el mayor beneficio del receptor, el reiki es, o debería ser, una modalidad completamente desinteresada. Cualquier persona puede estudiar reiki hasta un determinado nivel, pero los practicantes que personalizan el poder del reiki o que pretenden fortalecerse a sí mismos a través de la identidad de sanador no han comprendido su esencia. Estas posturas afectan a la calidad de la relación curativa, pero no contaminan el reiki que fluye al cliente o que se activa en su interior. Con el tiempo, el reiki dejará al descubierto y sanará las heridas inconscientes del reikista, y mientras tanto trabajará con independencia de lo

que el sanador es y de lo que hace. Sin embargo, por regla general, cuanto menos se haga y se personalice, mejor. Relajar el cuerpo y la respiración, dejar a un lado la preocupación por el resultado, estar totalmente presente y rendirse a la sabiduría de cada momento son los ingredientes clave para maximizar el flujo de la energía reiki.

MÁS COSAS ACERCA DEL REIKI

Dado que este libro se centra en expandir el contexto del reiki y en utilizar otras modalidades para mejorarlo, dejaremos los detalles de la práctica del reiki a los muchos cuadernos de trabajo disponibles en el mercado. Sin embargo, vamos a resaltar algunas consideraciones importantes para los principiantes.

La energía reiki no puede nunca hacer daño ni agotar tu propia energía. No vas a introducir tu energía personal en la persona con la que estés trabajando, y la energía de esa persona no puede volverse hacia ti. El reiki puede

utilizarse con seguridad como tratamiento complementario de cualquier terapia que te recomiende tu terapeuta. Como la energía reiki se infunde primero en el cuerpo del practicante, este recibe energía curativa mientras la canaliza hacia otra persona. El reiki puede practicarse con la persona tumbada, sentada o en cualquier otra postura, y los clientes están siempre completamente vestidos. Resulta imposible hacerlo de manera incorrecta y no existe una forma equivocada de practicarlo.

Lo más importante es que el reiki procede del corazón, no de la cabeza. Se te revela cuando lo practicas y lo

experimentas. Lo único que nos separa de la energía de la fuerza vital universal es la ilusión, y la práctica del reiki nos ayuda a entender que nosotros somos reiki. Cuando nos abrimos a nuestro yo verdadero, nuestra intuición crece. Aunque algunas escuelas de reiki prescriben una serie de posiciones de las manos de las que no debemos apartarnos, *Reiki chamánico* te invita a abrir tu corazón y a dejar que tu intuición te guíe. Si estás trabajando sobre el estómago de una persona y sientes el impulso de ir hacia sus pies y luego de vuelta al estómago, hazlo. Si sientes que debes descansar una mano sobre su estómago y deslizar la otra por detrás de su espalda, hazlo. La parte de

ti que está en consonancia con el espíritu (una palabra que debes definir según tu propio sistema de creencias) responde a las necesidades de cada momento y a menudo te empuja a hacer algo que no habías planeado. Cuanto menos estratégico sea tu planteamiento, mejor. Invita a tu intuición, escucha a los impulsos del espíritu. En páginas posteriores te mostraremos nuestro punto de vista sobre el hecho de que el chamanismo es una extensión natural del reiki y aprenderás técnicas para mejorar tus sesiones energéticas. Abrirte a la intuición será algo muy importante.

ACERCA DEL CHAMANISMO

El chamanismo es una de las formas más antiguas de espiritualidad que existen hoy en día. Es anterior a todas las religiones organizadas y hunde sus raíces en un pasado muy remoto, de hace miles de años. Cuando los antropólogos empezaron a estudiarlo descubrieron que los chamanes de culturas separadas entre sí miles de kilómetros y sin ningún conocimiento unas de otras habían desarrollado enfoques sanadores y ceremoniales casi idénticos. Para sanar, los chamanes invocan a fuerzas esenciales de la naturaleza como los vientos, las plantas sagradas, el humo, las rocas, los animales, el fuego y los

ríos. Hacen venir a los espíritus, exorcizan las intrusiones dañinas y equilibran las energías mediante la vibración de tambores, campanas y carracas, el movimiento, los cantos y otros métodos. Las similitudes entre las diversas culturas indican que el chamanismo fue desarrollado por personas conectadas con algo que era superior a ellas mismas. Si no fuese universal, ¿cómo podrían pueblos ancestrales de lugares tan apartados entre sí como Sudamérica, Norteamérica, Europa, Asia y África desarrollar unas ceremonias y unos rituales tan parecidos? Estudiaremos de forma detallada algunas de estas técnicas y prácticas.

Durante las últimas décadas se ha despertado un gran interés y se ha producido un renacimiento de la práctica del chamanismo en Norteamérica y Europa. Los sanadores chamánicos, que ya no están restringidos a poblados nativos indígenas, pueden recibir peticiones de cita con meses de antelación, pues tanto los chamanes indígenas como los anglosajones enseñan por igual a los occidentales cómo aplicar puntos de vista ancestrales para ayudar a resolver dilemas actuales. Los talleres suelen rebosar de participantes. Como el chamanismo funciona, y los enfoques chamánicos favorecen la habilidad de la persona

para buscar y encontrar sus propias respuestas a los problemas de la vida, la práctica ha perdurado. El creciente interés por el enfoque chamánico ha provocado la proliferación de cientos de libros sobre este tema disponibles en bibliotecas y librerías.

No vamos a añadir gran cosa a lo que ya se ha escrito sobre el chamanismo, pero te invitamos a que te abras a una sabiduría que se ha venido practicando de forma segura durante miles de años. El chamanismo indígena nos enseña que la naturaleza puede equilibrar, revitalizar y cambiar la consciencia; nos abre a energías invisibles e intrínsecas de las que la mayoría de nosotros no

somos conscientes. Como todos descendemos de pueblos chamánicos, expandir nuestra consciencia, sanarnos a nosotros mismos y vivir en armonía con la tierra es nuestro derecho natural y nuestra responsabilidad. El poder está en el interior.

Para aquellos de vosotros que seáis novatos en el tema del chamanismo, llegar a comprenderlo de forma práctica supondrá una mejora en vuestro bagaje curativo. El bagaje curativo es ese cuerpo de conocimientos que ya se poseen y se utilizan en la práctica sanadora. Cada vez que incorporamos algo nuevo mediante un aprendizaje concreto o una experiencia personal,

favorecemos lo que ya conocemos y añadimos esa sabiduría, esa visión interior o esa técnica a nuestro bagaje.

¿QUÉ ES UN CHAMÁN?

John Perkins, una autoridad mundial sobre el chamanismo, describe al chamán como la persona que viaja al mundo de los espíritus o de las realidades alternas para obtener un poder, una energía y una sabiduría que puede emplear para mejorar el mundo. Podemos comprobar lo fácil que resulta aplicar esta definición al doctor Mikao Usui, que recibió los símbolos reiki en un estado espiritual de consciencia tras ayunar y meditar durante veintiún días en un monte sagrado de Japón. Tradicionalmente los chamanes no eran sólo los curanderos de su comunidad, sino también poderosos agentes de

cambio, mediadores entre el mundo físico y el espiritual y los responsables de mantener el equilibrio entre las personas y la naturaleza. Hoy en día, cuando los practicantes chamánicos proliferan y crece la consciencia de nuestro impacto sobre un planeta finito, los chamanes dirigen sus energías personal y localmente, pero también benefician a situaciones nacionales y mundiales. El mensaje de reverencia de los chamanes a la Tierra nos es muy necesario.

Los chamanes han ampliado su percepción sensorial y han establecido una relación de éxtasis con la naturaleza y las realidades «invisibles». La

participación consciente con estas fuerzas naturales marca la aptitud especial del chamán. En muchas formas de espiritualidad y religiosidad organizada encontrarás reglas firmes de lo que debes y no debes hacer. Sin embargo, y tal y como sucede en el reiki, las verdades del chamanismo se descubren mediante una relación personal directa. Las enseñanzas y las técnicas son muchas veces secundarias, y lo principal es un conocimiento directo, pues el poder se deriva del sentimiento, la experiencia y una profunda sintonía con las fuerzas naturales.

La palabra *chamán* se originó en los

pueblos tungúes de Siberia, aunque en todo el mundo se utilizan términos equivalentes. El pueblo quechua andino de los hombres pájaro de Ecuador utiliza la palabra «yachak». El título de chamán suele ser otorgado por los ancianos o los miembros de la comunidad tras años de aprendizaje, aunque determinadas profecías y señales pueden revelar a jóvenes chamanes aún en el seno materno. Un accidente, una enfermedad prolongada, un episodio cercano a la muerte o incluso breves periodos de locura pueden también catalizar una llamada al chamanismo. En la región montañosa de Shor, en Siberia, las enfermedades chamánicas son iniciaciones que abren las puertas al

espíritu. Ninguno de nosotros desea sufrir, pero las culturas chamánicas indígenas comprendían las señales espirituales de los traumas.

Muchos norteamericanos y europeos ofrecen programas de aprendizaje chamánico. Su duración varía de una semana a un año o más. Resulta útil entender que, igual que el budismo tibetano ha evolucionado y se ha visto influido por las culturas que ha penetrado, el chamanismo también se adapta a las necesidades actuales. Si bien no creemos que una persona pueda convertirse en un chamán plenamente desarrollado en una semana, ni tampoco en varias, cualquier persona puede ser

un practicante chamánico. El chamanismo es innato y, aunque no vivamos en una cultura que reconozca y apoye el viaje iniciático, todos lo experimentamos. Depende de nosotros pasar cuando el espíritu abre la puerta.

¿QUÉ ES LA REALIDAD ALTERNATIVA?

El chamanismo se basa en un punto de vista no jerárquico de que todas las formas de vida, y no sólo la vida humana, poseen consciencia. Como sucede con el reiki, la inteligencia que impregna la vida empodera al chamán para transmutar la enfermedad y armonizar el desequilibrio. Esto incluye el aire que respiramos y los vientos que limpian nuestro planeta; las aguas que bebemos y las que fluyen sobre el cuerpo de la Tierra; el fuego del Sol que nos calienta y el fuego de las estrellas; los volcanes y los profundos recovecos de la tierra; la propia tierra y las plantas, los animales, las piedras, los

minerales y los árboles, así como los espíritus ancestrales, humanos y de cualquier otro tipo.

Interactuando con la realidad que conocemos está el mundo del espíritu. No se trata de un mundo de fantasmas, duendes o seres malignos acechando para abalanzarse sobre nosotros como un león sobre una gacela cuando no miramos o cuando nos encontramos en un estado frágil y debilitado. El mundo espiritual está en constante relación con el nuestro y podemos comunicarnos e interactuar con *todo* lo que contiene. Y recalco lo de *todo*. Como nuestro objetivo no es escribir exclusivamente sobre chamanismo, puedes aprender más

leyendo el libro *Chamanismo –guía práctica*, de Tom Cowan, escrito por un compasivo y erudito chamán occidental.

CÓMO ACCEDER A LA REALIDAD ALTERNATIVA

Existen muchas formas de acceder a la realidad alternativa, y una de ellas consiste en realizar un viaje chamánico. Si nos relajamos, cerramos los ojos y escuchamos un sonido rítmico, podemos inducir un ligero estado de trance. Es algo parecido al estado hipnogógico en el que las imágenes aparecen ante el ojo de la mente justo antes de dormirnos, sólo que en el trance no estamos dormidos. Los pueblos aborígenes australianos lo denominan estado tásmico y hacen referencia al tiempo de los sueños, el mundo mutable en el que se conforma nuestra realidad cotidiana,

despierta. Los chamanes creen que el sueño lo es todo; que todo lo que contiene nuestro mundo se origina en un plano espiritual de energía al que se puede acceder para obtener curación y cambio. Cuando cierres los ojos, abre tu mente y ponte a soñar despierto; se trata de una práctica íntimamente familiar para cualquier niño. Igual que tenemos que establecer nuestra intención antes de canalizar la energía reiki, en este caso establecemos nuestra intención de iniciar un viaje chamánico, un sueño consciente impulsado por nuestra imaginación. Nuestras mentes activas y lineales necesitan escuchar que no nos vamos a perder y que vamos a ser en todo momento conscientes de nuestro

cuerpo y nuestro entorno. Sin embargo, durante unos breves momentos vamos a suspender la creencia en una realidad sólida para embarcarnos en la realidad interconectada denominada 'mundo espiritual'.

Algunos chamanes son explícitos acerca de la forma de penetrar en el mundo espiritual y lo que haces cuando llegas a él. Otros entran y salen conscientemente del trance mientras trabajan, guiados en este proceso. A nosotros nos parece que en el chamanismo existen pocas reglas, por lo que aquello que te funcione es lo que debes hacer.

Una forma sencilla de empezar un

viaje chamánico consiste en imaginarte a ti mismo en la base de tu árbol favorito. Recuerda que cada uno de nosotros está orientado de una forma diferente, y si tú no ves nada, no hay problema. Puede que sólo sepas que está ahí, que lo sientas o que intuyas su presencia. Imagina, en la forma que mejor te funcione, que hay una abertura en el suelo allí donde el tronco del árbol se une a la tierra, y siente que penetras en esa abertura y desciendes por ella.

Como tu lado intelectual puede que no acepte con facilidad el mundo de los espíritus como válido y real, permite que tus pensamientos, juicios y análisis se suspendan hasta el regreso. ¿Esto es

real? ¿Son imaginaciones mías? Cientos de personas que hacen el viaje por primera vez se plantean estas preguntas, y la respuesta es que, en realidad, da lo mismo. Lo importante es tu experiencia y lo que es válido y verdadero para ti.

Un urbanita puede elegir descender a la tierra en un ascensor, en una escalera mecánica, por una boca de metro o a través de un sumidero de su casa o de la calle. También puede ser un agujero real entre las raíces del árbol, como dijimos antes, un agujero hecho por un animal, una cascada, un espacio entre dos rocas. Para entrar en ese espacio, utiliza el poder de tu imaginación. Siente cómo te vas encogiendo hasta que el espacio

entre las dos rocas se vuelve tan grande como una caverna. Entra en ella y encuentra un sendero que desciende a las profundidades de la tierra. O salta a la cascada, métete en el agua y húndete en la tierra. La forma de llegar no importa. Como el mundo de los espíritus es mutable y está alimentado por el poder de tu imaginación, cualquier cosa es posible. Eventualmente saldrás en algún lugar y, cuando lo hagas, te encontrarás en una realidad alternativa.

Tendrás un mundo nuevo que explorar. Contempla o siente lo que te rodea. Intenta establecer dónde estás. Puede que te encuentres en un bosque, en una montaña o cerca de un arroyo

cantarín. Cada viaje es diferente, y sin embargo cada persona verá que se encuentra exactamente donde debe estar. Todo lo que aparece ante ti en el mundo de los espíritus es inteligente, sensitivo, y nos permite comunicarnos e interactuar con ello.

Los primeros viajes se realizan a menudo para conectar con un guía animal, y para encontrar uno, lo único que hay que hacer es tener la intención de que eso suceda. Haz una llamada en el espacio del viaje y pide a un guía que aparezca. Si no llega ninguno, pide a un árbol, a una roca, a una flor o al viento que te ayuden. Confía en que va a aparecer tu guía.

Como sucede con todas las relaciones, tu conexión con tu guía animal se irá haciendo cada vez más profunda con el paso del tiempo y el compromiso. Al principio puedes plantearle preguntas sencillas como: «¿Por qué estás aquí para mí?», «¿Qué lecciones tienes que enseñarme?», «¿Qué necesito en mi vida en este momento?». No esperes que las respuestas vengan con una voz extraña. Los espíritus suelen contestar en tu propia voz o a través de metáforas, símbolos, arquetipos o símbolos mitológicos. En ocasiones no escuchamos nada ni vemos ninguna imagen,

Resumiendo

Ahora que ya tienes unas leves nociones de chamanismo, en el caso de que esta fuera la primera vez que lees sobre él, ten paciencia si te sientes confuso o escéptico. Incluso con esta escasa información serás capaz de aportar a tus clientes una sensación de sanación más profunda y empoderada. Invitar a la gente al viaje supone invitarles a participar en su propia sanación, un poderoso agente curativo.

Igual que el reiki fluye con más facilidad cuando el ego está relajado, lo mismo sucede con el chamanismo. Los practicantes de reiki no hacen sino

canalizar o abrir el acceso a la energía. Es la energía reiki la que hace el trabajo, y los chamanes indígenas te dirán que simplemente canalizan o abren el acceso a las energías espirituales para que estas beneficien a los demás. La capacidad de sanar viene de los elementos y los espíritus que nos ayudan. El poderoso no es el chamán, sino su conexión espiritual. Los practicantes chamánicos son intermediarios, acceden al mundo de los espíritus en nombre de otros, de sí mismos, de generaciones futuras y de la tierra. Pedimos a los espíritus que nos guíen y se canalicen a través de nosotros para que podamos conseguir el bien mayor.

Como sanadores, ya sea mediante el reiki, el chamanismo, la energía o cualquier otra modalidad, aceptamos nuestra relación única con las energías superiores del universo. Las denominaremos espíritu, pero tú puedes utilizar el nombre que desees. Cuando te abres al espíritu, confías en tu intuición incluso cuando intuyes algo que resulta contradictorio con lo que otros —familiares, maestros, amigos, cultura— pueden estar diciéndote. Cuando abrimos nuestro corazón, nuestra intuición se incrementa y nos lleva donde quiere. El mundo de los espíritus infunde al chamán el poder, la sabiduría y la energía necesarios para efectuar

cambios en este mundo. Puede que en esta realidad contemos con importantes maestros físicos, pero nuestra relación más importante es con el espíritu y la dirección que este nos ofrece.

Aunque para los practicantes puede resultar difícil confiar en sí mismos, la confianza acrecienta con la experiencia. Mediante el aumento de dicha confianza en el espíritu obtenemos credibilidad para realizar el trabajo de sanación al que hemos sido convocados y para sentir la vida que tenemos que vivir.

CAPÍTULO 2

LA ELIMINACIÓN Y TRANSFORMACIÓN DE LAS INTRUSIONES ENERGÉTICAS

En muchos manuales se explican los fundamentos del chamanismo y del reiki, lo que hay que hacer y cómo poner ambos en práctica. Este libro no es de esos. En lugar de decirte lo que debes hacer, te vamos a contar lo que funciona

en nuestra propia práctica. Te animamos a que leas, reflexiones y asimiles lo que te decimos y prestes atención a lo que te resulte atractivo, discerniendo por ti mismo aquello con lo que te identificas y aquello con lo que no. Cada uno de nosotros tiene su marco filosófico único y su propia forma de abordar la sanación. Si hay algo que puedes incorporar a tu bagaje curativo, incorpóralo. Si no encaja contigo, no lo utilices o adáptalo de una forma que te resulte más inspiradora. Variar una técnica porque te parece más adecuada honra a tu intuición. Lo que inspira estos cambios es el impulso del espíritu del que hablábamos en el capítulo anterior. Préstale atención.

En cualquier sesión de sanación, sea cual fuere la modalidad utilizada, existen tres componentes físicos: el cliente, el terapeuta y el entorno. Aunque en el reiki y en el chamanismo el principal motor es el espíritu, creemos que las sanaciones más efectivas empoderan al cliente. Cuando los tres componentes básicos de una sesión de sanación están en armonía y actúan al unísono, pueden ocurrir milagros. A lo largo de este texto vamos a estudiar cómo favorecer a cada uno de ellos para crear una experiencia que permita que suceda exactamente eso.

Los practicantes se preparan para las sesiones y las llevan a cabo de miles de

maneras distintas. Es importante recalcar que, en lugar de formas correctas, incorrectas o mejores, existen fundamentalmente formas diferentes. A continuación encontrarás algunas ideas y preparativos especiales para tus sesiones de reiki chamánico recabados a lo largo de muchos años de práctica y experiencia.

ANTES DE EMPEZAR LA SESIÓN DE REIKI CHAMÁNICO

Los quechuas andinos modernos, descendientes de los antiguos pueblos incas, creen que el espíritu de un chamán puede viajar sin ser obstaculizado a través del tiempo y el espacio. Muchos de los norteamericanos que viajan para estudiar con chamanes indígenas relatan que los conocen en sueños y son guiados por ellos antes de que se produzca un encuentro físico. Tal y como el espíritu de un chamán se prepara y entra en contacto con los que van a verle, una persona que esté organizando una sesión de reiki chamánico establece sus intenciones, activa las fuerzas sanadoras

sutiles (y en ocasiones, no tan sutiles) en la realidad espiritual. Esto puede provocar cambios en la realidad ordinaria que en ocasiones son experimentados por el cliente desde el momento mismo en que entabla la primera conversación telefónica con nosotros o cuando tiene lugar la sesión. Como estas energías precursoras comienzan a circular días, semanas o incluso meses antes de que se produzca la reunión, en la vida diaria del cliente pueden manifestarse sincronicidades y purificaciones. A partir del primer contacto, cuando empieza la sanación, nos aseguramos de que las personas son conscientes de este momento importante. Hasta que llega la hora de reunirnos

transcurre un lapso de tiempo bueno para reflexionar sobre sueños especiales (tener un cuaderno y un bolígrafo en la mesilla de noche puede resultar útil) o nuevas intuiciones que surgen acerca de por qué han planificado la cita. Les pedimos que presten atención a los acontecimientos inesperados y que respeten cualquier emoción que pueda llegar a brotar. A veces se producen sucesos extraños y mágicos, y las personas deben prestarles atención, pues todos ellos constituyen «empujoncitos» del espíritu. Nada es casualidad. Todo sucede por una razón, incluso aunque no seamos conscientes de cuál pueda ser. Más tarde invitaremos a los clientes a

que nos cuenten todo aquello que les apetezca acerca de su experiencia durante este tiempo.

Comer de forma sana y beber grandes cantidades de agua pura y limpia nos ayuda a eliminar las impurezas físicas y maximiza los beneficios curativos para el cuerpo. Durante esta fase, al cliente puede también apetecerle escribir un diario.

Cuando las personas se ponen en camino hacia nuestro espacio sanador para acudir a su cita, entran en un periodo más pronunciado, lo que denominamos un portal de oportunidad. Ya acudan andando, en coche, en avión o en metro, cuanto más conscientemente

implicados estén durante el trayecto, mejor. Deben abrir su corazón a lo que realmente buscan en la vida y a lo que esperan obtener de la sesión. Si se le concede el espacio adecuado para abrirse, este portal les conecta con un guía superior, ayuda a traer a la superficie lo que precisa sanación y reafirma su conexión con el universo. Esta oportunidad puede perderse si están distraídos, por lo que les informamos de que en el trayecto hacia nosotros deben permanecer conectados con la tierra, pero conscientes y abiertos. Si van conduciendo pueden apagar la radio, relajarse, apreciar el paisaje y observar lo que ven y sienten. Si van en avión, caminando o en

autobús, les animamos a que sientan, a que se mantengan centrados, con independencia de lo que suceda a su alrededor, y abiertos a lo inesperado. Muchas veces el espíritu capta nuestra atención mediante acontecimientos ines perados, pero depende de nosotros el reconocer lo acontecido como un mensaje.

La práctica del reiki chamánico

Ahora que ya estamos preparados para centrarnos en las formas concretas de abordar el reiki chamánico, observa que existe una sección denominada «Concepto» antes de cada práctica. En ella explicamos la raíz chamánica de cada una de las técnicas que exploramos e introducimos prácticas que quizá te apetezca añadir a tu bagaje curativo. Existen tantos puntos de vista, ideas e interpretaciones de las enseñanzas chamánicas como ramas tradicionales de chamanismo. No todos los practicantes chamánicos estarán de acuerdo con lo que presentamos, pero eso es irrelevante. Si asistieras a un seminario

en el que participaran los dirigentes espirituales más influyentes, no necesariamente acabarías sabiendo qué religión es la mejor. Sin embargo, puede que obtuvieras una apreciación más profunda de las diversas creencias y comprendieras que diferente no significa equivocado. Lo mismo sucede con las creencias y técnicas chamánicas. Varían enormemente en la comunidad chamánica global, pero cuando brotan de la intención correcta, todas ellas son válidas.

Concepto

Los chamanes y los practicantes energéticos creen que cada uno de los males físicos tiene su desequilibrio correspondiente en el mundo espiritual. Los males aparecen en primer lugar en las esferas energéticas. Estos desequilibrios restringen nuestra fuerza vital, producen un impacto sobre todo lo que hacemos y, si no se tratan, pueden con el tiempo llegar a manifestarse como síntomas o enfermedades en nuestros cuerpos. Un problema que primero aparece energéticamente y afecta a nuestro compromiso saludable con la vida, y que posteriormente se manifiesta en el cuerpo, se denomina una

intrusión. Habitualmente los practicantes chamánicos consideran las intrusiones como energías dirigidas hacia nosotros por fuerzas externas malévolas, extrañas o inconscientes. Podría tratarse de objetos encastrados en nosotros procedentes de heridas de vidas anteriores o emociones, pensamientos y sentimientos disociados que se congestionan como formas tangibles en la realidad espiritual. En ocasiones, cuando alcanzan su propia consciencia, se les denomina entidades. Cuando los chamanes celebran ceremonias sanadoras, a menudo piden a sus guías que intercedan por el cliente para sanar problemas en estas esferas espirituales o energéticas. Una vez que se ha

recuperado el equilibrio energético, puede producirse la sanación en esta realidad. Los síntomas físicos pueden desaparecer y la vida puede experimentarse con más plenitud.

PREPARACIÓN PARA EXORCIZAR LAS INTRUSIONES

Para esto utilizamos piedras o cristales sanadores, pero estas piedras no tienen por qué proceder de lugares sagrados de los Andes, el Amazonas, el Tíbet o cualquier otro punto igual de exótico. Las podemos encontrar en nuestro patio o en un parque del centro de cualquier ciudad. Vete simplemente a dar un paseo por un parque, un bosque o cualquier lugar en el que puedas entrar en contacto con la naturaleza. Para los chamanes quechuas, estos elementos sagrados que nos ayudan en nuestra tarea sanadora reciben el nombre de huacas. Las huacas no se buscan en el sentido

tradicional de intentar encontrar algo, pues prefieren llegar a ti a su modo. Si tienes la intención de utilizarlas para beneficiar a otras personas a través de tu labor de sanación, abre tu intuición y ellas te encontrarán.

Cuando estés invitando a las huacas a que vengan a ti, abre tu corazón y establece la intención de encontrar piedras que te ayuden en tu práctica sanadora. Luego camina por la tierra con la mirada tranquila y permite a tus pies que te lleven adonde te llame tu corazón, no necesariamente por donde va el camino. Abre tus sentidos. Siente gratitud por todas las formas de vida que te rodean mientras tus pies tocan la

tierra, el sol y la brisa te bañan la piel, los sonidos de la naturaleza (pájaros, insectos o crujidos de hojas) llegan a tus oídos y los aromas de la naturaleza te estimulan la nariz. Deja que tus ojos recorran la superficie de la tierra mientras caminas, y sin que te des cuenta conscientemente, tu mirada se posará sobre una piedra. Siente si esta es tu huaca sanadora. Si no lo es, continúa. Si lo es, cógela y expresa tu gratitud hacia la tierra dejando un trocito de pan, unos pétalos de flor o un poco de tabaco suelto en ese lugar. Lava la piedra y luego limpia su energía colocándola al sol en el alféizar de una ventana o sumergiéndola en un cuenco de agua con sal marina durante veinticuatro horas.

Una vez limpia, sitúala sobre tu altar o en algún lugar especial destinado a tus huacas.

Si prefieres utilizar cristales, la turmalina negra es excelente para eliminar intrusiones. Constituye un fabuloso absorbente de energía pesada porque nunca se aferra a ella. En lugar de eso, continuamente la transmuta y la devuelve a la fuente universal para que su flujo sea beneficioso. Técnicamente esto significa que no hay que limpiarla, aunque de todas maneras lo hagamos. Si no puedes conseguir un trozo de turmalina negra, cualquier cuarzo u otro tipo de cristal con el que estés conectado funcionará igual de bien.

Debes limpiar y aclarar su energía después de cada uso.

También preparamos un cuenco de cristal con agua fresca y pura, a la que hemos añadido sal marina para nuestro trabajo de exorcizar intrusiones, y lo colocamos en el suelo o en una mesita cerca de nuestra camilla de reiki para poder limpiar la piedra o el cristal que estemos utilizando una vez hayamos terminado.

LOCALIZACIÓN DE LA INTRUSIÓN

Una vez canalizada la energía reiki durante un tiempo suficiente para que el cliente se sienta completamente relajado, le invitamos a hacer una visualización sencilla. Le pedimos que imagine que se eleva desde la camilla hacia el cielo. A continuación le indicamos que se gire y se mire a sí mismo desde arriba imaginando que el cuerpo que observa está hecho de claro cristal de cuarzo o vidrio. Cuando esté contemplando su cuerpo de cristal o de vidrio, le preguntamos si observa algo que no deba estar ahí o que ya no le sirva. Normalmente suele manifestarse como un objeto no físico o una forma

coloreada, a menudo, pero no de forma exclusiva, situado en alguno de los órganos principales o alrededor de ellos. Cada vez que ofrecemos realizar este ejercicio, los clientes ven o sienten una forma en algún lugar de su cuerpo cristalino imaginario. Igual que la intención del practicante de reiki activa la energía reiki, los practicantes chamánicos dan fuerza a las técnicas chamánicas mediante la intención. Cuando sugerimos a los clientes que busquen el aspecto o la causa espiritual de un dolor en el hombro, por ejemplo, lo verán. Si no lo ven directamente, les sugerimos que lo imaginen o lo inventen para relajar el aspecto inquisidor de su mente. La manifestación que sienten o

ven puede aparecer en cualquier lugar del cuerpo aunque los síntomas o los problemas se manifiesten en otro lado.

NEUTRALIZACIÓN DE LA INTRUSIÓN

Cuando el cliente consigue ver o sentir la forma o el objeto, le pedimos que lo describa. Si su descripción es vaga, le preguntamos de qué color es, qué sensación le produce, si la superficie es áspera o suave, si los bordes son redondeados o puntiagudos y si está frío o caliente. El cliente debe obtener una visión clara o una sensación de la forma. A continuación le indicamos que puede cambiar el objeto con la intención. Nuestro deseo es que sustituya las características de la intrusión espiritual por otros aspectos más neutros. Si es de color oscuro, le pedimos que lo aclare. Si es brillante, le

invitamos a que lo modifique. Si los bordes son afilados, que los suavice. Si el cliente dice que el objeto es frío, le preguntamos si le gustaría calentarlo; si es caliente, si desea refrescarlo. Si es muy grande le sugerimos que reduzca su tamaño. El objetivo de todo esto es hacer que la persona sepa que, mediante su intención, puede provocar un efecto en la intrusión. Esto resulta muy empoderador. Muchas veces tenemos la sensación de que no poseemos ninguna capacidad para influir sobre lo que nos afecta: el tren viene con retraso, el accidente de tráfico nos obliga a estar en el coche media hora más o la lluvia pospone un acontecimiento al aire libre. En este ejercicio el cliente no sólo

visualiza la intrusión, sino que, mediante el poder de su voluntad, consigue alterarla. No es un mero recipiente o espectador, sino un participante activo.

La persona con la que estamos trabajando nos hará saber cuándo ha conseguido realizar la tarea. Incluso aquellos que nunca han oído hablar del chamanismo son capaces de localizar y cambiar las formas que han percibido en su interior. Durante todo este proceso hemos seguido canalizando energía reiki.

ELIMINACIÓN DE LA INTRUSIÓN

En primer lugar colocamos la mano sobre el área de la intrusión. Si se trata de una zona que no resulta apropiado tocar, le pedimos al cliente que ponga su mano sobre ella mientras nosotros situamos la nuestra ligeramente por encima y continuamos canalizando energía reiki. A continuación sugerimos que haga la intención de que la intrusión siga a la mano mientras él o nosotros la deslizamos lentamente hacia el lado seguro de su cuerpo. Si es el cliente el que está moviendo la mano, le sustituimos en un punto en el que ya nos resulte apropiado continuar y le permitimos que vuelva a relajarse en el

viaje o la visualización mientras nosotros seguimos.

Nuestro objetivo consiste en mover el objeto hacia el hombro derecho y bajarlo por ese brazo hasta la mano. Es importante alejar la intrusión del corazón del cliente, por lo que siempre la dirigimos hacia el lado derecho antes de conducirla hasta el hombro. Deslizando varias veces la mano hacia delante y hacia atrás antes de dirigirla al hombro aflojamos la intrusión, lo que nos permite moverla. Mientras actuamos no dejamos de consultar con el cliente preguntándole dónde está la intrusión y si se está moviendo con la mano. En la mayoría de los casos la forma o el

objeto sí se mueven.

Una vez localizada la intrusión en el hombro derecho del cliente, la guiamos hacia su mano. Cuando estemos listos, colocamos una piedra sanadora o un cristal en la mano del cliente y le pedimos que visualice cómo la intrusión se disuelve en él. Tan pronto como la piedra o el cristal absorben la intrusión, indicamos a nuestro cliente que abra la mano y lo deje caer. Inmediatamente lo recogemos y lo depositamos en el cuenco de agua con sal marina que tenemos cerca de la camilla de reiki. De este modo lo limpiamos por completo. Sé consciente de que la energía no es intrínsecamente buena ni mala, por lo

que cuando el agua con sal limpia la piedra, cualquier energía dañina de la intrusión queda liberada y vuelve a reciclarse en el campo energético universal.

A continuación pedimos a nuestro cliente que imagine un rayo luminoso que emerge de las profundidades del núcleo fundido de la Tierra, se eleva desde su centro atravesando multitud de estratos y alcanza finalmente la superficie para infundir luz en el cuerpo de la persona. Le pedimos que sienta la calidez de esta luz que le llena por dentro y por fuera. Le explicamos que a la naturaleza no le gusta el vacío y le invitamos a establecer la intención y a

visualizar que esta luz rellena por completo el espacio que existe dentro de él y que había estado ocupado por la intrusión. Mientras tanto mantenemos nuestras manos sobre la zona en la que estaba situada la intrusión y canalizamos reiki. Cuando el cliente nos comunica que la zona está llena de luz, le pedimos que observe cómo el rayo vuelve a retirarse al interior de la Tierra. A continuación seguimos con la sesión de reiki. Una vez completada, invitamos al cliente a que nos cuente lo que sintió durante el proceso.

No es necesario que ni el cliente ni nosotros sepamos la naturaleza de la intrusión, aunque contar con ese

conocimiento puede resultar inspirador. Lo más importante es que la intrusión energética haya sido eliminada y que la fuerza vital del cliente pueda fluir libremente estimulando unos patrones saludables y equilibrados en esta realidad. Disponer de esa información puede ser un plus, pero no tenerla no supone un obstáculo para la sanación.

CUANDO LAS INTRUSIONES NO SE MUEVEN

¿Qué hacemos si la intrusión no se mueve? Cogemos nuestra piedra sanadora y la colocamos sobre ella. A continuación le decimos al cliente que, cuando presionemos suavemente sobre ella, queremos que visualice que la piedra actúa como un imán extrayendo la intrusión de su cuerpo. Le explicamos que, como la piedra (o el cristal) es de la madre tierra, su poder de sanar procede de ella. La intrusión, por muy profundamente enquistada que esté, no será capaz de soportar el efecto magnético que la piedra o el cristal ejercen sobre ella. Normalmente, tras

presionar con suavidad la piedra unas cuantas veces, el cliente nos dice que la intrusión ha pasado a ella. Entonces la colocaremos en el cuenco de agua con sal marina.

Aunque esta es una forma más sencilla de eliminar las intrusiones, preferimos hacer que las personas las aparten ellas mismas. Con ello se convierten en una fuerza activa para su propia sanación. Una de las razones por las que el reiki chamánico es

PARA EL PRACTICANTE AVANZADO DE REIKI CHAMÁNICO

Como ya hemos indicado, los clientes suelen ser capaces de eliminar las intrusiones por sí solos. Pero si la intrusión sigue sin desaparecer por completo, utilizamos una técnica que rara vez hemos empleado en todos los años que llevamos practicando reiki chamánico.

Cuando una forma energética no saludable se resiste a abandonar el cuerpo por sí misma, los chamanes shuar del Amazonas la succionan. Para no ingerir en este proceso la energía dañina, tosen dardos protectores

invisibles que fueron insuflados en ellos por sus ancianos chamánicos. Los dardos alcanzan la madurez después de años de aprendizaje y, cuando están listos, los chamanes son capaces de regurgitarlos de sus corazones a sus gargantas como herramientas de sanación. Cuando esto sucede, ninguna energía puede dañarlos cuando la sorben para extraer intrusiones de sus pacientes, y sencillamente la escupen. Muchas veces vuelan de sus bocas hasta el suelo pequeños objetos físicos porque las intrusiones son formas de energía que también pueden manifestarse físicamente. En este proceso los objetos son neutralizados y ya no son capaces de causar más daño porque la energía es

absorbida y transmutada por los dardos.

Sin embargo, nosotros no disponemos de dardos en nuestro corazón, y tú tampoco. Por eso empleamos un proceso similar pero utilizando nuestra piedra o nuestro cristal para absorber y transmutar la energía de la intrusión en lugar de los dardos invisibles de los shuar. Si esto te resulta armonioso y merecedor de incorporarse a tu bagaje curativo, quizá te apetezca probarlo.

Colocamos la piedra sobre la intrusión y hacemos saber al cliente que vamos a succionar lo que queda hacia la piedra o el cristal. Le indicamos que exhale con fuerza cuando nos escuche hacerlo para ayudarnos a mover la

energía y que imagine que la intrusión es absorbida hacia la piedra. Una vez situada la piedra sobre la intrusión, colocamos encima nuestra boca cubriéndola por completo. (Disponemos de varias piedras, y si la que estamos utilizando como imán es demasiado pequeña, la sustituimos por otra mayor. Cuando busques tus propias huacas, es interesante establecer la intención de encontrar varias.) Conectamos con nuestros guías y les pedimos que sean conscientes de lo que estamos haciendo y que refuercen la piedra o el cristal para que la intrusión permanezca en ella con seguridad. Como la piedra o el cristal son una extensión de la tierra, cuando los usamos estamos invocando el

propio poder de la madre tierra. Ella absorbe toda la energía, por lo que sabemos que nada penetrará en nosotros superando la barrera de la tierra. Puede que tengamos que sorber un par de veces antes de que la intrusión pase a la piedra. Cuando lo haya hecho, inmediatamente la dejamos caer en el cuenco de agua con sal marina. A continuación nos colocamos de cara a una ventana y hacemos una exhalación fuerte liberando a la atmósfera las energías residuales pero inofensivas.

ENTENDER LAS INTRUSIONES

Cuando los clientes son practicantes chamánicos o tienen práctica en los viajes chamánicos, el proceso del viaje puede ayudarlos a comprender la naturaleza de sus intrusiones. De todas formas, mediante meditaciones guiadas podemos conducir al resto de las personas al mismo lugar al que viaja un practicante chamánico y los resultados son igual de válidos.

En la sección de *Neutralizar las intrusiones*, una vez que la persona con la que estás trabajando ha localizado la intrusión y ha neutralizado sus propiedades, le preguntamos si desea

saber más cosas de ella. ¿Cuándo y por qué empezó? ¿Cómo se formó y cómo puede evitar que se vuelva a manifestar algo similar? Si está interesado, le invitamos a emprender un breve viaje chamánico a sus guías y luego a la propia intrusión. Como todo posee una consciencia con la que nos podemos comunicar, cuando se encuentre dentro de la intrusión dialogará con el objeto no físico para aprender todo lo que pueda de él. Armado con este conocimiento, el cliente puede elegir pensar, responder y actuar de una forma que impida que la intrusión regrese. La comprensión resulta empoderadora y animamos a la gente a que asuma esa responsabilidad en pro de su bienestar.

Antes de que un cliente abandone el espacio del viaje chamánico (o de que demos fin a su meditación guiada), debe dar las gracias a la intrusión por su inspiración y explicarle que, dado que ya no le sirve para su mayor bien, la invita a reunirse con la energía universal. Liberarse desde el amor y el agradecimiento resulta más poderoso que hacerlo desde el resentimiento.

Si el cliente no tiene experiencia en los viajes o no desea emprender uno ni meditar hacia la intrusión, en ocasiones le pedimos permiso para viajar en su lugar con el objetivo de conseguir información de la intrusión. Basándote en tu nivel de experiencia chamánica

puede que te apetezca hacer lo mismo. En estos casos haremos un viaje corto mientras continuamos canalizando reiki y, una vez hecho el viaje, sacamos la intrusión del cuerpo con la ayuda del cliente. En cualquiera de los dos casos hablamos del viaje y los conocimientos recibidos sólo después de terminar la sesión. Eso sí, aunque esta información pueda resultar útil, no es necesaria para la sanación en esta realidad.

INTRUSIONES, UN PUNTO DE VISTA NO-DUAL

En resumen, las intrusiones son formas tangibles que existen en la realidad espiritual y que provocan desequilibrios que ejercen un efecto sobre nosotros en esta realidad. Pueden llegar a manifestarse como problemas de salud o de otro tipo. Los chamanes suelen considerarlas como fuerzas extrañas y negativas que deben eliminarse para el bienestar del cliente. Sin embargo, cuando adquirimos un sentimiento más profundo de la unicidad de la vida (nuestra conexión con el espíritu, el universo, la Tierra o como queramos definir o experimentar esta

unicidad), podemos considerarlas desde un punto de vista diferente y dejar de vernos a nosotros mismos como víctimas.

Sea cual fuere su origen, la existencia de las intrusiones se debe en cierto modo a que las hemos invitado. Como lo que es parecido se atrae, todo aquello que no está sanado o que se encuentra en nuestro yo sombrío invita a las formas, energías y experiencias con una vibración similar. Estas pueden encontrar un puerto seguro dentro de nosotros. Las zonas donde residen las intrusiones son normalmente aquellas áreas de nuestro cuerpo donde la respiración está restringida, esas partes

carentes de tacto y donde comienzan los síntomas físicos. No importa de dónde procedan, dónde se hayan implantado o tomado forma dentro de nosotros; lo cierto es que a nosotros toca hacerles frente. Sin embargo, las intrusiones pueden tener la clave de aspectos negados, emociones suprimidas y fuerza vital reprimida. Como dijimos en *Eliminar la intrusión*, la energía no es intrínsecamente buena ni mala, sino que forma parte de la unicidad mayor. Por tanto, en lugar de liberarnos de las formas intrusivas, resulta igualmente efectivo transmutarlas como medio de reconectarnos con aspectos de nosotros mismos de los que fuimos separados. Con ello estas energías nuevas pueden

fortalecernos en lugar de agotarnos.

TRANSMUTAR LAS INTRUSIONES ENERGÉTICAS

Para transmutar las intrusiones canalizamos la energía reiki hasta que nuestro cliente se encuentra completamente relajado y luego seguimos lo indicado en la sección *Localizar la intrusión*. Cuando localizamos una intrusión, pedimos a la persona que descanse su atención en esa parte de su cuerpo limitándose a percibir lo que siente en ella. Le invitamos a colocar sus manos en ese punto si eso le resulta cómodo y le preguntamos si le parece bien que coloquemos nuestras manos sobre las suyas mientras seguimos canalizando

reiki. Le invitamos a observar, sentir y estar presente a las sensaciones de esa parte de su cuerpo. Eso puede constituir por sí solo una experiencia sanadora.

Al cabo de un rato le pedimos que invite a esa parte de su cuerpo a comunicarse. Si la intrusión estuviera localizada en la zona del estómago, le preguntaríamos: «Si tu estómago pudiera hablar, ¿qué te diría?». Si no se le ocurre nada, le invitamos a que se lo invente o a que haga una asociación libre. Esto le permite evitar la tendencia a descartar lo que le llega y abre el tono emocional asociado con esa parte de su cuerpo.

Puede que recuerdes que en la

sección *Neutralizar la intrusión* explicamos cómo el cliente, mediante la visualización, puede alterar la naturaleza de la intrusión antes de llegar a eliminarla. Para transformarla seguimos los mismos pasos de esa sección. Esto ayuda al cliente a comprender que la forma es mutable y que puede producir un efecto en ella. Sin embargo, en lugar de eliminarla, seguimos esta fórmula.

En este proceso, una vez que ha cambiado la naturaleza de la intrusión para conferirle unas características más neutras que puede gestionar, invitamos al cliente a imaginar que se hunde en su cuerpo y detiene la intrusión. Le

recordamos que es capaz de controlarla. Desde esta nueva y ventajosa perspectiva del interior de su cuerpo le animamos a que vea, sienta o perciba su control. Eso eliminará todos los miedos que pueda albergar hacia la intrusión.

A continuación le invitamos a que camine hacia ella. Le comunicamos que lo primero que experimente puede ser inquietante o tenebroso (quizá se encuentre en una playa en medio de una tormenta, contemplando desde arriba un paisaje desolado arrasado por el fuego y carente de vida, en una oscura cueva abandonada, etc.) porque la energía asociada con la intrusión es inconsciente y yace en sombras. Le aseguramos que

entra totalmente protegido y que puede detener la experiencia en cualquier momento, pues él es quien tiene el control. También puede llevar consigo un espíritu, un guía animal o cualquier tipo de herramienta de sanación.

Una vez dentro de la intrusión se anima al cliente a que describa lo que ve, siente y experimenta mientras explora ese espacio. Luego se le indica que cambie, mediante la intención, lo que siente en su interior tal y como cambió lo que sintió desde el exterior. Puede alterar cualquier aspecto que desee y utilizar herramientas de sanación o guías como ayuda. Por ejemplo, puede cambiar la tormenta por

un día soleado, ver flores, arbustos y nueva vida surgiendo de la tierra ennegrecida o puede establecer la intención de que aparezca una escalera en la cueva que le conduzca a una abertura iluminada. Mientras nos cuenta lo que está ocurriendo en su imaginación le recordamos que el sueño es suyo y que puede darle la forma que desee. Cuando lo haya cambiado y se sienta feliz y completo con la energía transformada, le invitamos a permanecer en ese lugar durante unos minutos sintiendo la energía y siendo renovado por ella mientras continuamos canalizando reiki. Depende entonces del cliente eliminar la nueva forma positiva o conscientemente darle permiso para

quedarse. Es bueno que le permita quedarse porque, al recuperar esta parte de sí mismo, puede regresar a la forma transmutada siempre que lo desee para recargarse de energía y renovarse.

En nuestras propias actuaciones normalmente no sabemos qué técnica (eliminación o transmutación) vamos a utilizar antes de empezar la sesión. Sin embargo, al hablar con el cliente y observarle, o mientras estamos canalizando la energía reiki, quizá sintamos que hay una intrusión. Nuestra atención se ve a menudo atraída magnéticamente hacia esas zonas, o puede que sintamos una punzada en nuestro propio cuerpo que refleja dónde

se encuentra localizada una intrusión en el cuerpo de nuestro cliente. Esto lo experimentamos como si la forma nos estuviera llamando para ayudarnos a liberarla o transformarla. Y mientras todo esto sucede, también intuimos qué enfoque debemos utilizar. La experiencia nos ha enseñado a confiar en nuestras sensaciones y nuestra intuición y que ambos enfoques funcionan. Lo más importante es confiar en que el espíritu nos va a guiar y que va a trabajar a través de nosotros.

CAPÍTULO 3

LA ELIMINACIÓN DE LAS CUERDAS ENERGÉTICAS PERNICIOSAS

A medida que nuestra práctica fue evolucionando a lo largo de años de incorporar enfoques chamánicos al reiki, la naturaleza de nuestras sesiones también cambió, así como nuestra relación con los clientes. El trabajo se

volvió íntimo e intenso, lo que nos hizo adquirir consciencia de los asuntos emocionales multicapa que impulsan a las personas a buscar algo más que el reiki. Intentar liberarse de patrones inconscientes profundamente arraigados, lo que a menudo se conoce como bagaje personal, supone un reto. Cuando las personas eliminan o transforman una capa de bagaje personal (pensamientos, emociones y hábitos que limitan su expresión), enseguida descubren otras capas más profundas y diferentes que acechan justo debajo de la superficie.

Este decapado de la personalidad puede percibirse como una tarea inacabable porque los patrones se

identifican profundamente con el sentido del yo. Se necesita una mínima cantidad de autorreflexión para reconocer suficientemente nuestras limitaciones y poder decir: «Esto es exactamente lo que soy». Sin embargo, si profundizamos más en la naturaleza de nuestros problemas, normalmente descubrimos que resulta más cierto afirmar: «Esto es lo que elijo ser». El descubrimiento de que lo que somos es una decisión, y saber que tenemos poder sobre nuestros pensamientos, sentimientos y respuestas, nos ayuda a asumir nuestra responsabilidad personal. Eso nos da libertad para dar forma a nuestras vidas de manera consciente y para crear un mundo que

refleje unos sueños y valores más profundos.

Veamos un ejemplo ilustrativo. Una persona introvertida puede haber adoptado en su juventud la timidez como mecanismo de protección. Aunque normalmente los niños no son capaces de controlar su entorno, sí pueden controlar su estado interior. Una estrategia inteligente puede consistir en adoptar patrones de comportamiento que los vuelvan invisibles cuando se enfrentan a circunstancias desagradables. O quizá estar callado fue el modelo de comportamiento reforzado o aceptado para ese niño, lo que le comunicaron sus padres, sus maestros y

su comunidad. En ambos casos unos patrones de comportamiento impuestos desde fuera enmascaran la esencia del niño, que puede tener una naturaleza intrínsecamente callada o no tenerla.

Cuando alcanzamos la edad adulta, las circunstancias originales que moldearon nuestra personalidad han desaparecido, pero la forma en la que nos comportamos, respondemos y creamos nuestro entorno refleja los mecanismos que siguen activos. Resulta fácil rendirse afirmando que somos tímidos o cualquier otra cosa, y que no podemos hacer nada para evitarlo. Es más duro aventurarse a profundizar en los motivos de que seamos quienes

somos y comprobar qué comportamientos y puntos de vista están conformados por los motivos inconscientes y conscientes de otras personas. Más duro aún, aunque más importante, resulta desentrañar los estratos de la sociedad que, a menos que sean aireados y evitados, nos desasocian, destruyen la naturaleza y amenazan a nuestras generaciones futuras.

«Me gusta mi naturaleza tranquila, pero mi timidez me impide expresar lo que considero importante. Soy tímido, pero voy a cambiar este rasgo de mi personalidad porque serlo ya no me conviene.» Cuando lo admitimos,

aceptamos lo que somos, y al asumir la responsabilidad sobre nosotros mismos, podemos empezar a cambiar hacia lo que queremos ser. El primer paso de cualquier empresa suele ser el más difícil, y este caso no es una excepción. Sin embargo, cuando nos rendimos y reconocemos que el camino que transitamos es espiritual, todo se vuelve posible. Entonces nos contemplamos a nosotros mismos desde una nueva perspectiva que ilumina nuestra intención para cambiar lo que somos, e incluso para cambiar el mundo, y vemos que es algo que está a nuestro alcance.

EL PAPEL DEL PRACTICANTE

Cuando afirmamos nuestro compromiso de ser sanadores y ayudar a otros, vemos que somos inherentemente responsables de atender a todo lo que pueda surgirles a nuestros clientes en el curso de nuestro trabajo con ellos. Quizá parezca evidente, pero he oído casos en que no fue así.

Un conocido mío acudió a un practicante chamánico en busca de ayuda. Después de la sesión se sintió desequilibrado y desorientado. Tras dos días de estar indispuesto, llamó al chamanista y le dejó un mensaje en el contestador. El practicante no devolvió

la llamada. Fueron necesarios varios intentos más y unos cuantos días de sentirse desconectado hasta que pudieron ponerse en contacto. La respuesta del chamanista ante la preocupación de su cliente fue que eso sucede a veces. No le ofreció ninguna sugerencia útil, salvo que sería bueno que acudiera para otra sesión, lo que no podía hacerse hasta la semana siguiente debido a la apretada agenda del practicante. Eso significó que la persona estuvo incómoda, desconectada y desorientada durante otros siete días más. En este enfoque hay algo que está mal. Si le abrimos una puerta al cliente, debemos comprobar que la traspasa con seguridad. No tenemos que estar

perfectamente sanos nosotros mismos para poder hacer un trabajo de sanación con otros, pero debemos ser conscientes de nuestros puntos débiles. Para que los clientes se sientan seguros tienen que saber cómo ponerse en contacto con nosotros después de la sesión o entre dos sesiones, por si lo necesitan, y nosotros debemos contestar sus llamadas con puntualidad.

Como practicantes de reiki chamánico activamos las causas más profundas de desequilibrio y aquellas que perpetúan la infelicidad de nuestros clientes. Por ello he visto personas que necesitaban algo más que un tratamiento de reiki para llegar a ser lo que realmente

deseaban ser y para interactuar con el mundo de una forma significativa. Nuestro objetivo de empoderar a las personas cambió nuestro trabajo inicial de «túmbate sobre la camilla y recibe la energía reiki» por otro que incorpora múltiples enfoques para tratar los males personales de forma conjunta con los desequilibrios sociales y globales. Esto aumentó nuestra responsabilidad como sanadores y resaltó la importancia de abrir un espacio incondicional para cualquier cosa que pueda surgir en una sesión. Ser conscientes de cómo nuestras propias proyecciones y problemas influyen sobre nuestro trabajo con los demás nos ayudó a hacerlo de un modo más eficaz. A medida que vas

adquiriendo experiencia como practicante de reiki chamánico descubres que la consciencia de ti mismo es la clave para abrir un genuino espacio de sanación para los demás.

También empezamos a pasar más tiempo con las personas, para lo que planificábamos unas citas más largas. Descubrimos que la duración óptima oscilaba entre dos y cuatro horas. Esto era absolutamente contrario a los modelos establecidos por los sanadores más reconocidos de Norteamérica, en especial los psicoterapeutas, psiquiatras y psicólogos. Cincuenta minutos era, y sigue siendo, la duración terapéutica clásica fielmente seguida incluso por

gran cantidad de sanadores alternativos y de reiki. Son muchas las consideraciones prácticas que apoyan este horario: dictados de las compañías aseguradoras, finanzas, carga de clientes e ideas establecidas acerca de las fronteras profesionales, entre otras. El bloque de una hora tiene su propia sabiduría, pero debemos tener claro que se trata de un fenómeno moderno y no de una fórmula mágica. Está claro que eso no es lo que observamos, si cruzamos fronteras históricas y geográficas, cuando se trata de ayudar a las personas.

En las cumbres andinas los quechuas siguen acudiendo a la humilde vivienda de su chamán local con pollos, huevos y

alcohol de caña casero en señal de ofrenda, no para la persona que lleva a cabo la sanación, sino para que el chamán pueda aceptarla en nombre de los volcanes sagrados, los espíritus y las energías naturales que actúan a través de él y en beneficio de la otra persona. El espacio de sanación es rústico. Puede que los niños de la vecindad estén jugando en un rincón, que entren y salgan perros o pollos y que la esposa y la nuera del chamán estén preparando la comida sobre un fuego bajo tradicional en la habitación vecina. El *yachak* (término quechua con el que se designa al chamán) lleva reloj, aunque no controla el tiempo ni sabe que va a venir un cliente hasta que este asoma por la

puerta. Le acoge calurosamente, como si fuera un miembro de su familia, y le pide que le explique lo que le preocupa y por qué ha acudido a él. A continuación dedica la siguiente hora o dos horas, o el tiempo que sea necesario, a ofrecer una ceremonia de sanación y a ayudar a la persona que ha llegado hasta él.

Nosotros no somos yachakes indígenas ni vivimos en las cumbres de los Andes, pero apreciar cómo los sanadores chamánicos llevan siglos ayudando a la gente puede servirnos de apoyo cuando el espíritu nos sugiere que hagamos algo distinto como emplear el tiempo que creamos necesario en ayudar

a nuestros clientes.

Una colega nuestra, acupuntora, se sintió muy frustrada en su práctica profesional hasta que siguió nuestro ejemplo de alargar las sesiones. La opción ni se le había pasado por la cabeza, así de inconscientemente asumidos tenía los parámetros horarios aceptados para las visitas. En cuanto empezó a dedicarles más tiempo a sus pacientes, su trabajo se hizo más relajado y completo y su intuición se acrecentó. La acupuntora se sentía más feliz por estar más sintonizada con las personas con las que trabajaba, y eso hizo que también estas obtuvieran mejores resultados.

Si te parece correcto dedicar más tiempo a tus sesiones de reiki chamánico y utilizar bien ese tiempo puede que descubras que te implicas más intensamente con tus clientes durante la sesión y que los empoderas para continuar el trabajo cuando abandonan tu espacio de sanación. En este libro te ofrecemos herramientas concretas que puedes incorporar a tu bagaje curativo.

SER UN CONSEJERO ESPIRITUAL

Para ser un practicante de reiki chamánico no es necesario ser psicoterapeuta. Las personas llegan al reiki y al chamanismo desde todas las áreas profesionales, y a menudo practican trabajo energético junto con oficios y profesiones que no tienen nada que ver con la sanación. Esto también sucede con los modernos chamanes quechuas, que desempeñan funciones corrientes en su comunidad y asumen la identidad de sanadores sólo cuando es necesario. Muchos son granjeros o comerciantes, y acuden desde sus campos o se meten en la trastienda cuando llega alguien en busca de sus

servicios. Esto hace que colocarlos sobre pedestales resulte difícil, lo que les mantiene equilibrados y despierta la simpatía de su comunidad.

Sin embargo, como practicantes de reiki chamánico debemos reconocer que nuestro papel sanador puede llegar a convertirse en lo que podríamos denominar asesoramiento espiritual. Aunque considerarnos a nosotros mismos asesores espirituales puede resultarnos intimidatorio, debemos saber que podemos confiar en nuestra capacidad para hacer esa transición. Sea cual sea nuestra procedencia, todos llegamos al reiki o al chamanismo con una gran experiencia vital. Si confiamos

en esta experiencia, escuchamos las indicaciones del espíritu y atendemos a las palabras, el lenguaje corporal y la energía de nuestros clientes, podemos ofrecer apoyo y estimular enfoques saludables a cualquier dilema. Puede que surjan intuiciones o que sintamos algo en nuestro corazón, una percepción o una energía que viene a ayudarnos. Confiamos en que la fuente de estas percepciones es el espíritu. Las intuiciones que puedan brotar y con las que el cliente pueda identificarse quizá sean perspectivas que le ayuden a romper barreras personales para cambiar un comportamiento problemático o ayudarle a relajarse lo suficiente como para aceptar las cosas

tal y como son. Los practicantes de reiki chamánico no les dicen a los clientes lo que deben hacer y sólo revelan lo que intuyen con mucho cuidado. Les invitamos a compartir con nosotros su viaje y apoyamos los cambios que desean realizar. Mediante las prácticas que analizamos en este texto les ayudamos a adquirir más consciencia y a disolver o cambiar lo que se interpone en su camino. Ellos son los que hacen y dirigen el trabajo; nosotros simplemente facilitamos su capacidad para ello. Dejar en suspenso nuestras propias interpretaciones y conclusiones es fundamental para mantener un espacio en el que esto pueda tener lugar.

DINÁMICA ENERGÉTICA PERSONAL

Como ya indicamos en el primer capítulo, la práctica del reiki consiste en canalizar la energía vital universal en beneficio de otra persona, planta, animal, etc., a través del tiempo y el espacio. Existe otro tipo de energía, una energía personal distinta del reiki, que cada uno de nosotros puede irradiar y aprovechar. ¿Alguna vez te has sentido alegre, has entrado en una habitación llena de gente y de repente te has dado cuenta de que ya no te sentías bien? ¿O quizá todo lo contrario, has entrado en una habitación sintiéndote mal o enfadado y enseguida has visto que te sentías mejor? ¿Sucedieron ambas cosas

antes de que pronunciaras el primer hola? Una posible explicación es que las personas desprenden y captan energía, muchas veces sin ser conscientes de ello. La persona feliz exuda felicidad, libera una energía que reafirma la vida, mientras que la que está triste, enfadada o herida puede irradiar ondas de energía discordante o pesada… o llegar a extraer la energía de otra. Si tú te encuentras en su camino y abierto a liberar energía, puedes verte afectado por ella. Si interactúas con el *tomador* de energía o te conviertes en su víctima, puedes llegar a agotarte.

Cada uno de nosotros tiene la capacidad de liberar y captar energía;

todos lo hacemos. Esta energía puede ser benigna o no. A menudo la energía que liberamos es inconsciente, es decir, no surge de la intención consciente. Sin embargo, con independencia de cómo o por qué se genere, los intercambios energéticos entre personas muchas veces no resultan beneficiosos para ambas partes. Experimentar la extracción inconsciente de energía y lo que se conoce como cuerdas drenantes de energía nunca es algo saludable, y sin embargo aporta lecciones importantes relativas a nuestro propio poder y a las formas en las que podemos menoscabar a otras personas. En este capítulo vamos a explorar cómo eliminar las conexiones

energéticas indeseables mediante una sesión de reiki chamánico.

En cierta ocasión una cliente acudió terriblemente furiosa a una sesión de sanación. Nos indicó que la causa de su enfado era algo que había dicho su profesor de qigong y que la había hecho explotar. Al hablar con ella se hizo evidente que su reacción no era proporcional a lo sucedido. Afortunadamente también ella se dio cuenta enseguida. ¿De dónde procedía toda esta furia? Cuando la animé a explorarlo, la mujer mencionó a su madre, que solía maltratarla verbalmente. Tras un rato más de conversación, le sugerimos: «¿Podría

ser que el profesor de qigong disparara viejas heridas relacionadas con tu madre? ¿Sería posible que, cuando le gritaste al profesor, estuvieras en realidad gritándole a tu madre?». La cliente estuvo totalmente de acuerdo y, al hacerlo, iluminó un estrato inconsciente que estaba a la espera de ser sanado: el vínculo negativo entre su madre y ella.

Concepto

Las cuerdas energéticas oscuras existen y nos conectan de forma perniciosa con personas a las que conocimos en el pasado o con las que tenemos contacto en el presente. Estas cuerdas pueden darse entre padres e hijos, amigos o amantes, jefes y empleados, terapeutas o sanadores y clientes. Las relaciones saludables, mutuamente beneficiosas, que fortalecen la vida, manifiestan unas conexiones semejantes a hilos luminosos que unen a las personas, pero cuando estas relaciones no sirven al bien mayor, sus lazos se transforman en cuerdas oscuras, llenas de nudos, que drenan la energía y

el poder personal. Las cuerdas oscuras se forman entre las personas que albergan en su inconsciente expectativas, proyecciones o heridas emocionales no curadas, y pueden formarse con gran rapidez. Como la energía de las cuerdas oscuras afecta de forma negativa a nuestro bienestar, es importante adquirir consciencia de ellas y desconectarlas. También los practicantes debemos responsabilizarnos de trabajar con nuestras propias expectativas y proyecciones inconscientes. De manera parecida a las intrusiones, las cuerdas no se producen sin nuestra participación, aunque algunas son más dominantes y controla-doras que otras. Pero ya sean

inconscientes, amenazadoras o de cualquier otro tipo, podemos eliminar esas cuerdas oscuras mediante técnicas chamánicas.

Un ejemplo concreto de esta dinámica es la conexión de una madre con su hijo. Si la madre mantiene una relación saludable con su pequeño, se establecerá un lazo luminoso y estimulante entre ambos. Sin embargo, si la madre tiene heridas sin curar porque sintió que sus padres la retenían en su desarrollo hacia la edad adulta, el niño que se está desarrollando puede disparar la sensación de desvalimiento de la madre. Si esta dinámica permanece inconsciente y no se trata, la madre

puede intentar manipular al joven para impedir su autonomía. En ese caso el apego de la madre supone una carga para el hijo, ahora en vías de ser adulto, y se manifiesta como una cuerda energética oscura entre ambos. La madre puede seguir deseando lo mejor para su hijo, pero define eso según sus propios términos. El éxito de su intento inconsciente de socavar depende del poder del hijo, o de su re-siliencia, sobre lo que está sucediendo entre ellos. Las cuerdas proceden y se enganchan a las áreas que se identifican con la impotencia.

Otro ejemplo, breve y ligeramente distinto, se produce en el lugar de

trabajo. Una persona a la que niegan un ascenso puede sentirse celosa de la persona que lo ha logrado. Si la energía de esa envidia se identifica inconscientemente con sentimientos de culpa o falta de merecimiento en la persona recién promocionada, puede afectar negativamente a ambas partes.

PREPARACIÓN PARA ELIMINAR LAS CUERDAS ENERGÉTICAS

Son varios los enfoques que nos permiten eliminar las cuerdas energéticas, y a medida que los vayamos presentando, ten presente que quizá ninguno de ellos sea el que tú elijas. Una vez hayas captado la esencia del proceso a partir de nuestras descripciones, quizá te veas guiado a eliminarlas a tu modo. La sanación del reiki chamánico procede del corazón, no de la cabeza, y esto no es un manual para que hagas las cosas como nosotros las hacemos. Te vamos a ofrecer algunas formas poderosas de eliminar energías indeseadas que puedes incorporar a tu

bagaje curativo o a partir de las cuales puedes desarrollar modos alternativos de hacer lo mismo.

Una vez más, es importante que el cliente se encuentre totalmente relajado, por lo que sugerimos esperar al menos quince minutos después de empezar la sesión de reiki. Las sesiones de reiki por sí mismas aflojan y eliminan con el tiempo las cuerdas energéticas, pero el proceso chamánico es más expeditivo y empodera al cliente mediante su participación consciente. Al mismo tiempo, el uso de los métodos chamánicos ofrece beneficios concretos para la eliminación de intrusiones y cuerdas durante una sesión de reiki. La

canalización del reiki relaja al cliente y al practicante y abre canales psíquicos para hacer accesibles las esferas chamánicas. El reiki eleva la vibración de los campos de energía del entorno, y tanto el practicante como el receptor pueden soportar los enfoques chamánicos más dinámicos. El reiki lleva consigo una protección inherente que impide que se recojan las energías liberadas y ayuda a las personas a asumir e integrar los cambios tan rápidos que pueden producirse con el uso de la práctica chamánica.

Cuando la persona está totalmente relajada y nos sentimos preparados para realizar el trabajo chamánico,

empezamos igual que las veces anteriores. Le pedimos al cliente que imagine que se eleva de su cuerpo y se gira para contemplarse cuando está cerca del techo. Esta vez no es necesario que imagine que su cuerpo es de cristal. Sencillamente se le pide que se concentre en su cuerpo y lo mire o lo perciba con mucha atención. Está buscando las cuerdas psíquicas energéticas que se han encastrado en su cuerpo. Ten en cuenta que las personas sensitivas pueden ver y sentir las cuerdas sin necesidad de elevarse y visualizar su cuerpo. Muchos saben y sienten dónde están enganchadas las cuerdas que drenan su vida, así como durante qué interacciones y con qué

personas están conectadas. Puede que incluso perciban las energías psíquicas que llegan a su cuerpo. En un caso así no es necesario hacer la visualización.

CÓMO ELIMINAR LAS CUERDAS ENERGÉTICAS

Es importante recordar el poder de la intención en el reiki y en la sanación chamánica. Debemos asegurarnos de que la persona es consciente de ello y le pedimos que exprese su intención al universo. Con este enfoque, limitarse a afirmar «Deseo ver las cuerdas energéticas que tengo enganchadas» no es suficiente. Hay que ser específico. Si entre el cliente y nosotros determinamos que fue un individuo concreto quien colocó las cuerdas, debe incluir el nombre de esa persona en su afirmación: «Deseo ver las cuerdas energéticas que mi madre me enganchó». Le decimos

que estas cuerdas suelen identificarse como madejas oscuras y largas; las más penetrantes poseen raíces que se adentran en el cuerpo alrededor de las glándulas, los órganos o alguna otra zona. Suelen aparecer en áreas débiles del cuerpo o del sistema energético.

Cuando la persona nos dice que ve o percibe la sensación de tener una cuerda, le preguntamos en qué parte del cuerpo está enganchada. Si es posible colocamos nuestras manos sobre ese punto y seguimos canalizando energía reiki. Los practicantes de segundo nivel y superiores llevamos el símbolo de poder sobre la zona y suavemente lo golpeamos tres veces para que penetre

en el cuerpo del cliente mientras repetimos silenciosamente el nombre del símbolo tres veces con cada golpecito. Quizá nos sintamos impulsados a hacer lo mismo en ese momento, o más tarde, con otros símbolos de reiki. Estos símbolos también pueden visualizarse en cualquier momento en que nos sintamos intuitivamente impulsados a ello, y mediante nuestra intención pueden ser proyectados hacia el cuerpo del cliente en cualquier punto en que nos veamos guiados a hacerlo.

A continuación le preguntamos al cliente si desea eliminar las cuerdas energéticas. Si dice que sí, le ofrecemos una herramienta que le sirva para ello.

Puede tratarse de un palo, una pluma, un cuchillo para mantequilla o cualquier cosa que ayude al cliente a ver en el ojo de la mente o a percibir una sensación fuerte de que las cuerdas están siendo cortadas. También podemos utilizar un cristal o nuestra piedra sanadora y le pedimos al cliente que, cuando el cristal o la piedra toquen las cuerdas, imagine que estas responden como el pelo frente a una llama, consumiéndose al instante y desapareciendo de vuelta al lugar del que vinieron. Le instamos a que vea o sienta con claridad cómo las cuerdas se desconectan al pasar la herramienta o el cristal sobre su cuerpo. Cuando la zona en la que estamos trabajando parece o se percibe limpia y el cliente afirma que no

quedan más cuerdas, continuamos dando reiki en ella. A continuación le pedimos que realice el mismo ejercicio que explicamos en el capítulo 2: que vea o sienta la luz que se eleva desde el centro de la Tierra y penetra y llena la zona que ocupaban las cuerdas.

ELIMINACIÓN DE AMBOS EXTREMOS DE LAS CUERDAS

La eliminación de las cuerdas energéticas es un ejemplo de cómo el reiki chamánico es capaz de empoderar a los clientes de una forma que el reiki por sí solo no puede. La siguiente práctica puede transformar a todo aquel que esté listo para ella.

Antes de pedir a la persona que elimine las cuerdas, le hacemos saber que tiene la capacidad de reclamar activamente su poder personal eliminando las cuerdas de ambos extremos. Si accede a ello le pedimos que imagine que coge una única cuerda

de energía y viaja a lo largo de ella hasta la persona que la envió. Cuando ve, siente o intuye a esa persona, le decimos que está viendo o percibiendo su yo superior, el aspecto que percibe desde el bien superior y conoce las cuerdas.

Es ideal cuando nuestros clientes dialogan con este aspecto superior de la otra persona para comprender los temas que constituyen una carga para ambos. En ese diálogo el cliente debe confiar en que esos asuntos, por muy antiguos que sean, pueden resolverse. De este modo, cuando le piden a ese yo superior que disuelva y desenganche todas las cuerdas energéticas asociadas con esos

temas, los resultados suelen ser muy positivos. Animamos a las personas a liberar con amor mientras hablan con el yo superior de la otra persona: «Gracias por lo que hiciste, incluso aunque no fuera lo mejor para mí. Aprecio las lecciones obtenidas de esta experiencia y comprendo mejor mi propio papel en ella. Sin embargo, como estos vínculos me impiden vivir la vida con plenitud, te pido que los desconectes». Lo normal es que los vínculos se suelten de inmediato. Este es el primer paso para dar libertad a una persona para que experimente una energía y un poder renovados.

Estas no son tus palabras, sino las nuestras. Sin embargo, lo importante es

entender el significado que se esconde tras ellas. Cuando sigues este procedimiento, cualquier cosa que invites al cliente a comunicar al yo superior de la persona situada en el otro extremo de la cuerda energética será exactamente las palabras que se necesitan.

Cuando el cliente nos hace saber que el yo superior de la otra persona ha cortado la cuerda desde el extremo que la inició, le pedimos que vuelva a llevar su consciencia a la habitación para que pueda cortar la cuerda por el otro extremo, la cuerda que ve, o percibe, como enganchada a su propio cuerpo. Para ello seguimos los pasos del último

párrafo de la sección titulada *Cómo eliminar las cuerdas energéticas*.

SITUACIONES ALTERNATIVAS PARA CORTAR LAS CUERDAS

En la realidad chamánica, el tiempo no existe tal y como existe en la nuestra. Para el chamán, todos los tiempos y espacios son accesibles; el pasado, el presente y el futuro suceden de forma simultánea. Esta misma perspectiva empodera a los practicantes de reiki de segundo y tercer nivel para sanar heridas del pasado lejano y para enviar reiki a acontecimientos o personas futuras y a situaciones de necesidad de todo el mundo. Ese espacio no obstruye la energía, y el hecho de que el tiempo se produzca de forma simultánea significa que la persona que ha

enganchado cuerdas a nuestro cliente no tiene necesariamente que vivir cerca; ni tan siquiera tiene que estar viva. Incluso si el que las originó ha fallecido, puede que las cuerdas sigan existiendo y que su tirón y efecto sean los mismos que si la persona estuviera viva. Nuestro cliente verá o percibirá estas cuerdas energéticas y el diálogo que le invitamos a mantener será con el yo superior de la persona fallecida. Estas conversaciones pueden curar heridas y conflictos que las personas no han sido capaces de resolver en persona, dado que los implicados en ellos ya no viven. Cuando los vínculos energéticos entre ellos caen, nuestro cliente queda libre para ver a la persona fallecida a una luz

diferente, lo que abre la puerta a una sanación más profunda.

¿Qué sucede cuando una persona no sabe dónde se originaron las cuerdas? La intención lo es todo. En ese caso, el mensaje que se envía al espíritu es: «Muéstrame los vínculos que ya no sirven para mi mayor bien y que afectan a mi vida actual». Una vez vistas las cuerdas, el acto más empoderador consiste en pedir al cliente que las recorra para comprobar quién se encuentra en el otro extremo, tal y como indicamos anteriormente. A continuación puede dialogar con ese yo superior. Sin embargo, la persona puede no desear recorrer esa energía, sino sólo

eliminarla. En ese caso le invitamos a retirar las cuerdas y a visualizar o sentir cómo la luz de la Tierra entra y llena el hueco del modo ya descrito. Una vez hecho esto continuamos enviando energía reiki a la persona y posponemos la conversación para cuando termine la sesión.

EL CORTE DE LAS CUERDAS, UNA FORMA DIFERENTE DE ABORDARLO

Como ya hemos dicho muchas veces, existen miles de formas de realizar estas prácticas. He aquí otra manera de ayudar a las personas a eliminar cuerdas sin conocer su origen. Muchas veces este método les resulta más fácil porque saber a quién están enganchados puede hacerles más duro cortar el vínculo. A menudo eso es lo que se esconde tras la renuencia de nuestro cliente a viajar hasta el iniciador de las cuerdas oscuras y es también el motivo de que, cuando viajamos hasta él, sólo impliquemos a su yo superior.

Las relaciones desequilibradas, aunque sean disfuncionales, nos seducen y pueden resultar tan cómodas como una segunda piel. Como estos lazos evolucionan a partir de los aspectos débiles de las personas y se perpetúan a través de ellos, el miedo de lo que puede pasar si los eliminamos llega a paralizarnos: «Si elimino las cuerdas que me impulsan a agradar a mi padre, ¿permanecerá este en mi vida? Si corto las formas no saludables en las que nos relacionamos mi pareja y yo, ¿qué me quedará? ¿Seguiré queriéndola y deseando estar con ella?». Miedos parecidos pueden impedirnos acabar con patrones de vida no saludables e

insostenibles. Las cuerdas pueden mantenernos reactivos y ciegos ante formas más saludables de vivir. Tanto nuestros clientes como nosotros podemos también vernos psíquicamente activados si el iniciador, ya sea persona, empresa, familia o cultura, siente que las cosas están cambiando. Debido a estos problemas, y al hecho de que muchas veces existen multitud de cuerdas, en ocasiones utilizamos un proceso más expeditivo para eliminarlas.

La técnica siguiente es la mejor para aquellos clientes con los que has establecido una relación estrecha.

Una vez más canalizaremos energía reiki durante un cuarto de hora bien

cumplido hasta que ambas partes nos sintamos completamente relajadas. Animamos al cliente a que sienta, como también los sentimos nosotros, la cualidad y el poder palpable de la energía reiki que nos llena y nos rodea por completo creando en la habitación un vórtice en espiral de luz brillante que constantemente está reciclando y transmutando energía. Pedimos a la persona que imagine con claridad esta espiral de energía reiki y que la perciba con todos sus sentidos. A continuación la invitamos a expresar al universo que desea ver o sentir una cuerda energética a la que esté enganchada. Va a adquirir consciencia de la cuerda y puede que también obtenga una imagen del

iniciador. Sin embargo, en esta situación el conocimiento no es tan necesario y animamos al cliente a que permanezca presente, que no centre su atención en las cuerdas ni en la persona, sino en la energía reiki, la espiral de luz, sus intenciones y acciones.

A continuación le pedimos que imagine que accede al interior de su propio cuerpo, haciendo físicamente el movimiento con las manos, para extraer con rapidez y fuerza la cuerda que tiene enganchada. Una vez retirada la cuerda debe inmediatamente convocar a la luz de la Tierra para que llene el vacío que ha quedado dentro de él y también nosotros colocamos en ese punto

nuestras manos para canalizar energía reiki. En cuanto siente que la zona está llena de luz, y eso puede suceder muy rápido, pide a la Tierra que envíe la luz a la persona situada al otro extremo de la cuerda. Cuando lo hace, también nosotros pedimos que la energía reiki llegue al iniciador.

Con este enfoque ni el cliente ni nosotros nos enfocamos demasiado en la cuerda ni en su instigador, sino que simplemente hacemos la intención de que la Tierra y la energía reiki bañen a la otra persona de luz sanadora y sabemos que así va a ser. Esta luz estimula al yo superior de esa persona para que despierte y afloja los vínculos

para que puedan extraerse con más facilidad. Lo verificamos con nuestro cliente y, cuando este siente que el momento es el adecuado, le pedimos que extienda las manos y que, con su imaginación, tire con rapidez y fuerza de la cuerda, en este caso desde el otro extremo. En cuanto la tenga debe arrojarla a la espiral de energía reiki de la habitación, que inmediatamente la levanta, la saca y la transmuta sin que quede ningún resto.

Una vez logrado su objetivo, invitamos a la persona a respirar profundamente sintiéndose renovada y completa mientras alisamos su campo de energía con una pluma o con nuestras

manos energéticas de reiki. A continuación la invitamos a que pida ver la siguiente cuerda energética que le afecta de algún modo que no sirva a su mayor bien. Tanto nuestro cliente como nosotros repetimos los pasos de esta sección hasta que todas las cuerdas oscuras hayan sido retiradas.

¿Qué método debes utilizar? Sólo tú y tu intuición, en relación con las necesidades y las interacciones de la persona con la que estás trabajando, podéis determinarlo. Lo más importante es confiar en que te guiarán para hacer lo que sea mejor para ella.

CAPÍTULO 4

LA UTILIZACIÓN DEL REIKI CHAMÁNICO PARA DESVIAR BLOQUEOS ENERGÉTICOS

Como ya habrás deducido a estas alturas, el chamanismo es un universo en sí mismo y, lo mismo que el reiki, está disponible para todo el mundo. Eso es lo que hace que ambos sean tan

fantásticos. No hace falta haber nacido en una tribu indígena de las riberas del Amazonas o en la frontera de Mongolia para tener acceso a las maravillas del chamanismo en tu práctica de sanación. Todo el mundo puede crear una relación de trabajo con el espíritu y aprender a confiar en que todo aquello que suceda en esa relación es exactamente lo que necesita, tanto en su vida personal como en su práctica de sanación.

Hasta ahora hemos explicado algunos conceptos chamánicos y te hemos mostrado cómo utilizarlos para ampliar tu trabajo con los clientes en un entorno de reiki. En este capítulo presentaremos otros conceptos chamánicos adicionales

que puedes juntar con el reiki de cualquier forma que te inspire. Si sigues sintiendo una cierta timidez a la hora de aprender enfoques chamánicos, ha llegado el momento de que olvides tus inhibiciones y des el salto.

En un nivel básico, el reiki chamánico significa dos cosas: ser un practicante de reiki que utiliza enfoques chamánicos y ser un practicante chamánico que también utiliza el reiki. En un nivel más profundo, el reiki chamánico te invita a disolver algunas de las fronteras que quizá percibas entre el reiki y el chamanismo. Esto nos abre a las ilimitadas formas en que podemos trabajar con la energía vital universal en

pro del bien mayor y empodera a nuestros clientes más plenamente que la mera imposición de manos.

Comprender un poco más los puntos de vista indígenas puede resultar útil, pero antes de ir más lejos debes saber lo siguiente. Si te anuncias estrictamente como un practicante de reiki, es importante que hables con los clientes antes de las sesiones y les preguntes por qué desean una sanación y qué saben acerca de la sanación alternativa. La sanación es algo más que una breve introducción con un nuevo cliente, una sesión y una despedida. Si durante la conversación la persona da la impresión de no estar familiarizada con el

chamanismo, se siente incómoda con él o tiene una opinión negativa, utilizaremos sólo las técnicas más sencillas de las que presentamos en este texto. A medida que vaya profundizándose la relación entre cliente y practicante, poco a poco iremos sugiriendo enfoques chamánicos adicionales. Las razones son evidentes. Para abrirse al universo de la sanación, el cliente debe sentirse seguro y cómodo bajo tu cuidado y en el espacio que has creado para él. Si invitaras a alguien a tu casa sabiendo que le disgustan profundamente las espinacas, no le darías crema de espinacas para cenar. La misma etiqueta rige para las sesiones de sanación. Sin embargo, si el cliente

está abierto al chamanismo o si lo que ofrecemos es reiki chamánico y la gente sabe qué puede esperar, aplicaremos aquello que nos inspire cada momento.

La última frase ejemplifica lo que deseamos transmitir: *aplicaremos aquello que nos inspire cada momento*. Ya hemos hablado acerca de escuchar las indicaciones del espíritu, acerca de escuchar y seguir a nuestra intuición. Este punto es importante porque la confianza en ti mismo y en el espíritu es lo que abre la puerta al reiki chamánico. Cuando abres esa puerta, tu confianza crece, lo que te permite aceptar un camino de sanación más dinámico. La intuición te guiará. Aunque lo

intentáramos, seríamos incapaces de detallar cada uno de los matices de la sanación con reiki chamánico, como tampoco podríamos ofrecerte los conocimientos que sólo la experiencia personal puede brindar. Los enfoques son tan diversos y únicos como los practicantes, los clientes y las circunstancias que los ponen en movimiento. Cada momento se desenvuelve de un modo nuevo. Podemos compartir lo que hacemos y ofrecer ejemplos y explicaciones que sirvan de trampolín, pero el resto debe venir del espíritu y de ti.

Ya hemos dicho que no existe una forma incorrecta de hacer reiki, y que

las verdades del chamanismo se descubren a través de la relación personal. No existe una forma incorrecta de hacer reiki chamánico siempre y cuando tu intención sea pura y tu planteamiento apoye la salud y el bien mayor de tu cliente, y no a tu propio ego. La única cualidad adicional que necesitas es estar abierto y establecer una relación personal con el espíritu. Nuestra asociación con el espíritu se forja a través de nuestra propia voluntad y de la integridad de nuestra intención: la vida y el aliento del espíritu se mueven en nosotros cuando nos comprometemos a beneficiar a otras personas.

La fuerza vital universal es universal

En reiki, la fuerza vital universal se canaliza a través de las manos del practicante para sanar. Con todo lo poderosa que resulta esta práctica, también debemos darnos cuenta de que los pueblos indígenas de todo el mundo llevan miles de años reconociendo y dominando las energías universales de vida. *Ushai* es una palabra quechua que significa el quinto elemento, el espíritu que permea todos los elementos e infunde una brillante fuerza de vida en nosotros y en todo lo que nos rodea. Cuando nos conectamos de forma consciente con ushai, nos ponemos en

armonía con la energía universal. El *hiimori* mongol es la energía del caballo del viento. Esta energía también es conocida por los habitantes de la estepa siberiana y los pueblos tibetanos. El viento representa la fuerza vital que está dentro de nosotros y nos rodea por completo. El caballo simboliza el poder, el instinto, la fuerza y la capacidad de navegar sobre estas fuerzas vitales para poder canalizar la energía universal. También quechua es la palabra *pachamama*, que se traduce más o menos como madre tierra, madre tiempo y madre universo. Su traducción literal es el poder universal de la madre tierra y la madre tiempo. No es posible dejar de percibir las sorprendentes similitudes

de estas descripciones.

Sobre las majestuosas laderas de los Himalayas, un pequeño grupo de monjes tibetanos practica a diario unas técnicas de revitalización meticulosamente transmitidas durante siglos. No se emplean las palabras pachamama ni reiki, y sin embargo las prácticas evocan las energías vitales universales y las dirigen para que fluyan a lo largo de canales sutiles del cuerpo del monje. Al mismo tiempo, en un lugar distante de las cumbres andinas, una mujer peruana se alza hacia el cielo para recoger y respirar las energías vitales universales y hace descender estas energías por su cuerpo para revitalizar y despertar las

cualidades universales que se encuentran en su interior. No muy lejos de allí, en los Andes ecuatorianos, otra mujer chamán canta para llamar a los poderes de los volcanes y de pachamama. Se transmuta y se convierte en una de estas energías universales para poder canalizar esa fuerza de vida a su cliente. A continuación la mujer sopla con fuerza con el aliento del espíritu para *camay* (verbo quechua que puede traducirse aproximadamente por conferir unicidad) a estas energías con el corazón del cliente, el tercer ojo y la coronilla.

Es importante señalar que el acto de soplar con el aliento del espíritu para

transmitir energía no sólo se observa en muchos grupos chamánicos indígenas y en las tradiciones espirituales orientales, sino que también se emplea en las iniciaciones de reiki. El maestro reiki transmite la energía espiritual canalizada a través del vehículo de su aliento al alumno y la infunde en él. El chamanismo y el reiki están relacionados de muchas formas.

Pachamama. Caballo del viento. Reiki. Al observar las similitudes de los ejemplos anteriores nos damos cuenta de que no pueden ser energías diferentes. Las antiguas tradiciones chamánicas que utilizaban la energía vital han sido transmitidas a través de culturas

divergentes y muy apartadas entre sí. Aunque pueden parecer enfoques y perspectivas diferentes, en armonía con sus propias creencias, y nombres y maneras distintas de acceder a esta energía, estas diferencias no producen ningún efecto sobre la energía en sí o sobre el beneficio que reciben los que la invocan.

Imagina que un chef prepara un enorme pastel de manzana. Ahora imagina que personas de todo el mundo que jamás han comido pastel de manzana acuden a degustarlo. Puede que le den un nombre distinto, que describan su sabor en su propio idioma e incluso que lo coman de forma diferente según la

costumbre de su cultura. Sin embargo, la fuente de su experiencia es el mismo pastel de manzana. Lo mismo sucede con la fuerza de vida universal. Sigue siendo el viento vigilante y primigenio de energía universal que está dentro de nosotros y a nuestro alrededor, una energía a la que todos podemos tener acceso. Nuestra forma de acceder a ella quizá sea distinta, pero nuestra experiencia puede ser tan efectiva y positiva como la de nuestros antepasados. Ser consciente de ello de una forma intelectual no es lo mismo que experimentarlo visceralmente y conocerlo en nuestro corazón y en nuestro cuerpo. Sin embargo, cuando nos vinculamos al espíritu y confiamos en

nuestra intuición, se nos abren nuevas puertas y, con ello, vislumbramos abundantes posibilidades para canalizar, amplificar y ser guiados por la energía dispensadora de vida del universo en el reiki chamánico.

En el capítulo 2 mencionamos algunos objetos que pueden ayudaros a tus clientes y a ti a eliminar intrusiones y cuerdas energéticas: cristales, piedras, palos y plumas. ¿Acaso poseen poder en sí y por sí? ¿Es posible que unos elementos que proceden de la naturaleza —piedras, palos, plumas y demás— transmitan una energía sanadora? ¿Son algunos intrínsecamente más poderosos que otros? Vamos a verlo.

Concepto

El poder de nuestra madre tierra es mágico y comprende todo aquello que conforma nuestra realidad física. Los útiles chamánicos que proceden de la tierra, de las plantas, de las flores, de las rocas, etc., tienen los mismos poderes que ella. Puedes utilizar estas u otras herramientas para ayudar a las personas mediante la intención de hacer eso por ellas. Su conexión con la madre tierra y la energía viva que esta contiene permite que la energía se focalice para producir un mayor bienestar. Por decirlo de una forma sencilla, toda sanación, ya sea conocida como pachamama, caballo del viento, reiki o con cualquier otro

nombre, brota de la fuerza de vida universal. Los practicantes de reiki son intermediarios entre el cliente y esta fuente de poder que da vida a todo lo que se encuentra en nuestro planeta y en el universo. Las herramientas procedentes de la madre tierra son extensiones de esta y transmiten sus cualidades energéticas, así como la energía que la alimenta a ella.

¿Cómo podemos utilizar esta información en nuestra práctica de sanación? En el capítulo 2 hablamos acerca de las piedras de sanación y presentamos uno de sus usos: ayudar a la eliminación de intrusiones espirituales identificadas por nuestro cliente. Ahora

vamos a ver más formas en las que los practicantes de reiki chamánico pueden utilizar estas y otras herramientas. Si te estás preguntando si la diferencia entre los chamanes indígenas que también utilizan estos útiles y tú es muy grande, la respuesta es que no, que es muy pequeña. Es evidente que los chamanes llevan muchos años aprendiendo y formándose en estos métodos y saben por intuición lo que deben hacer y cuándo hacerlo. Sin embargo, cuando colocan una piedra sobre una persona y piden al espíritu que elimine un bloqueo de energía que la experiencia y la intuición les han ayudado a ver, no existe ninguna diferencia real entre ellos y tú en ese momento. Ninguno sois la

fuerza que está detrás de la sanación que esa piedra puede facilitar. El elemento de la tierra que la piedra representa y las fuerzas universales que fluyen a través de ella son los que están llevando a cabo la sanación.

Las dos diferencias fundamentales entre el chamán y tú son, en primer lugar, su confianza inequívoca en que la madre tierra y la fuerza de vida espiritual están trabajando a través de la piedra, haciendo todo lo necesario para alcanzar el bien mayor del cliente; en segundo lugar, su conexión profunda con el espíritu. Tú, que quizá te estás abriendo en este momento al reiki chamánico, aún no has desarrollado esa

confianza ni esa relación con el espíritu. No por eso van a retener la tierra y las energías universales sus propiedades de sanación. Tu intención concentra la energía de forma que se produzca la sanación necesaria. Lo mismo sucede con los practicantes de reiki, pues todos canalizan la energía reiki con independencia de su grado de experiencia. Sin embargo, como no eres un chamán veterano educado a una con el espíritu, te pedimos que confíes en que incorporar el chamanismo a una sesión de reiki conecta tu trabajo con la tierra. Cuando abrimos una sesión de reiki (e invocamos los símbolos de reiki de los practicantes a partir del segundo nivel), todo lo que hacemos tiene lugar

bajo el paraguas del reiki. De esta forma cada elemento chamánico está dirigido y guiado por el reiki, la inteligencia universal viva. Podemos relajarnos y confiar en que el universo va a trabajar a través de nosotros de modo dinámico. Lo que surge es lo que cada momento necesita.

Las piedras de sanación, las plumas, los tambores o los palos de un chamán no son más poderosos que los nuestros o que otros elementos chamánicos. Para demostrarlo vamos a contarte una historia que relató John Perkins, que estudió chamanismo durante casi cuarenta años en diversas partes del mundo. Hace muchos años un amigo

suyo ecuatoriano, chamán reconocido, visitó a John en su casa de Florida. Un día John le llevó a realizar sanaciones a un lugar situado a muchos kilómetros. Cuando llevaban bastante camino recorrido, el chamán se dio cuenta de que se había olvidado la bolsa en la que guardaba todas sus piedras sagradas y demás herramientas de sanación. No le pidió a John que diera la vuelta para volver a buscarla. En lugar de eso continuaron y, al llegar a su destino, el chamán se dirigió al jardín de la casa, escogió algunas piedras, plantas y hojas que encontró y las utilizó para la sanación. Aquella sanación fue igual de poderosa que cuando el chamán empleaba sus propias herramientas.

Este ejemplo ilustra algunos puntos importantes. El chamán sabía que, como la tierra y las energías que fluyen a través de ella son la fuente del poder de sus huacas, las que seleccionó en un jardín trasero de Florida eran igual de poderosas que las suyas. Lo importante era la intención del chamán y su conexión con el espíritu, y no el lugar de donde procedían los objetos que sostenía en las manos.

Y si el chamán no hubiese podido conseguir ningún artículo, no por eso habría dejado de hacer la sanación. En esos casos los chamanes acceden a los poderes universales directamente en lugar de concentrar la energía mediante

las huacas. Las herramientas chamánicas son puntos focales que concentran la energía y facilitan la consecución de aquello que hace falta. Lo mismo sucede con los símbolos de reiki que, mediante aplicación y focalización, son las claves que empoderan unas directivas específicas para la energía de la fuerza de vida universal. Sin embargo, es importante recordar que las herramientas, los símbolos, las piedras y las campanas son los canales y vehículos de la energía, y no la energía en sí. Este chamán contaba con la experiencia de toda una vida para comprenderlo y confiar en ello, y fue criado en un entorno que apoyaba estas ideas. Si disponemos de tiempo

suficiente y del compromiso de hacerlo, todos podemos forjar una relación semejante de confianza con el espíritu.

EL FLUJO DE LA ENERGÍA HUMANA

Antes de seguir avanzando hacia la forma de utilizar las plantas, las piedras y el resto de elementos en el reiki chamánico, vamos a hablar sobre el flujo de la energía humana. En el capítulo 2 estudiamos las intrusiones energéticas, y en el capítulo 3 presentamos el concepto de las cuerdas energéticas y la forma de eliminarlas. Ahora vamos a añadir algo más al concepto de energía. La energía está constantemente entrando en el cuerpo humano, circulando por él y saliendo. Esta energía incluye el calor y la luz del Sol; la energía creada por otras personas, épocas y situaciones; la

procedente de las máquinas electrónicas, los edificios, los cables de teléfono y demás; la que se filtra hasta nosotros desde las estrellas lejanas y la que irradia a través de nosotros desde el núcleo de la Tierra, así como de la atmósfera y de la naturaleza que nos rodea. Nuestros pensamientos, actos, hábitos y la forma en la que respondemos ante los acontecimientos que se producen en nuestras vidas también tienen su efecto en la manera en que la energía fluye a través de nosotros.

En la actualidad se ha hecho muy popular el circuito energético derivado de la tradición yóguica oriental conocido como sistema de chakras. Se

dice que los chakras principales se extienden desde la base de la columna vertebral hasta la parte superior de la cabeza. Suelen describirse como ruedas de energía que giran en nuestro sistema corporal sutil; las ruedas principales metabolizan las energías espirituales que se filtran a través de las glándulas endocrinas para impulsar el cuerpo físico. Las energías que no son necesarias también se liberan a través de estos vórtices giratorios, y también existen otras energías que se filtran por ellos hacia dentro y hacia afuera.

La antigua práctica china de la acupuntura ofrece otro punto de vista sobre el flujo de la energía a través del

cuerpo humano. Se basa en la premisa de que la fuerza vital fluye a lo largo de meridianos de energía que forman una red por todo el cuerpo, algo parecido al modo en que la sangre fluye por nuestras venas. De todas formas, cada uno de los sistemas de energía es tan válido como cualquier otro, y en nuestro caso lo único que necesitamos es el planteamiento más simple. Asimilamos o absorbemos una energía que a continuación circula por nuestro cuerpo y sale de él.

Concepto

Cuando la energía ha penetrado en nosotros, para poder seguir estando sanos debemos conseguir que continúe fluyendo suavemente por nuestro cuerpo, ya sea mediante chakras, meridianos o cualquier otro modelo conceptual. Sin embargo, muchas veces no lo hace, y cuando eso sucede, consideramos que se ha producido un bloqueo energético. Las raíces de estos bloqueos se forman en desequilibrios o acontecimientos físicos, emocionales, mentales y espirituales. Veamos un ejemplo: los choques o traumas emocionales y las actitudes rígidas o negativas crean bloqueos de energía emocional. La

ingesta de drogas, las sustancias químicas y los procedimientos médicos invasivos en los que se utiliza anestesia también pueden bloquear la energía del cuerpo. Una energía bloqueada indica una des-armonía y una des-conexión, que se manifiestan en primer lugar en el plano espiritual. Si no se corrige, el desequilibrio energético puede con el tiempo expresarse como un síntoma o malestar.

Recuerda que todo se origina en el plano espiritual. Esto significa que podemos tratar los desequilibrios energéticos antes de que se transformen en problemas físicos. Una vez manifestados los síntomas o malestares,

aún es posible sanarlos, pero suele resultar más difícil. Es más, los asuntos físicos no se disiparán hasta que el flujo energético esté también equilibrado y restaurado. Trabajar en el plano espiritual para cambiar los patrones energéticos del cuerpo constituye una profunda herramienta de sanación. También es la clave para que se produzcan cambios de actitud empoderadores, variaciones de la consciencia que pueden efectuar un cambio personal y global positivo.

PREPARACIÓN PARA SANAR CON HERRAMIENTAS CHAMÁNICAS

Estos procedimientos son intuitivos, no estratégicos. Muchos chamanes se limitan a aplicar los elementos que conectan a sus clientes con la unicidad del mundo natural, y eso restituye el flujo de energía por todo su cuerpo. Otros llevan luz a las zonas que perciben como oscuras en la esfera espiritual. Eso aumenta la salud y el bienestar de sus clientes. No intelectualizan los sistemas de energía, sino que se limitan a observar dónde se ha atascado y trabajan para liberarla. Esto no significa que no existan algunos que sí conceptualicen los sistemas de

energía. Algunos grupos indígenas como los mayas incluso han elaborado un mapa del flujo de la fuerza vital a través de los circuitos sutiles de la tierra, el cuerpo energético de nuestra madre. Tampoco queremos decir que los que utilicen estas estrategias no empleen su intuición. Por supuesto que lo hacen. De todas formas, los planteamientos siguientes no emplean una estrategia concreta para liberar las energías bloqueadas. Los chamanes confían en su intuición, en los espíritus compasivos y en las fuerzas universales que trabajan a través de ellos. Los practicantes de reiki confían en su intuición y en la fuerza de vida universal que se canaliza a través de ellos. El practicante de reiki

chamánico no necesita ningún mapa, sólo un corazón abierto.

Cuando están canalizando la energía reiki, la mayoría de los reikistas experimentan una sensación de expansión, una atención más concentrada y una mayor conciencia de las sensaciones corporales. Esto constituye una base magnífica para el trabajo chamánico, notablemente parecido a un leve trance chamánico o a los estados de éxtasis que incrementan la intuición. A partir de aquí, el resto es sencillo, consiste sólo en que te abras y te hagas uno con las energías que fluyen a través de ti. ¿Qué significa hacerse uno con las energías? ¿Alguna vez, de niño, jugaste

en un arenero o fuiste a la playa en un cálido día de sol? Intenta recordar los aspectos sensuales de esa experiencia como si estuviera sucediendo en este momento. Imagina el sol que baña tu espalda mientras tus manos se mueven a través de los cálidos granos de arena; con la mente y el cuerpo completamente relajados, estás sintiendo y percibiendo. Tu mente se encuentra en un estado de atención focalizada, absorbiendo cada detalle de la experiencia, completamente inmersa en los sentidos. Tus manos se mueven a una con la arena, a una con su textura y su temperatura. Tú eres la arena.

Por continuar con esta analogía y

resaltar la cualidad extática de este trabajo, a algunas de nuestras herramientas chamánicas las denominamos juguetes chamánicos. Las plumas, las flores y los demás elementos chamánicos como las sonajas, los tambores y las campanas sin duda iluminan los ojos de un niño. ¿Qué podría ser más sagrado que despertar nuestras cualidades infantiles para beneficiar a otros? Lo único que debemos hacer es relajarnos, abrir nuestros sentidos y sumergirnos en la experiencia tal y como hacen los niños. De este modo abrimos nuestra intuición y podemos movernos a una con el espíritu de nuestras herramientas chamánicas. Cuando nos movemos a una

con él, es más fácil que las herramientas nos dirijan. Quedan libres para crear las circunstancias óptimas de sanación para el cliente. Si te identificas con este planteamiento, quizá desees incorporar las siguientes sugerencias a tu bagaje curativo. O puede que te inspiren para descubrir nuevas formas de utilizar herramientas chamánicas para liberar energías bloqueadas.

EL USO DE TAMBORES Y SONAJAS PARA LIBERAR ENERGÍAS BLOQUEADAS

El sonido del tambor libera las energías congestionadas o bloqueadas. Nos sintoniza con los ritmos del universo y con el de los espíritus, las plantas, los animales y la tierra. El tamboreo aporta unicidad; recupera el flujo correcto de energía en nuestro cuerpo y facilita una relación apropiada con nuestro entorno.

El mundo moderno está redescubriendo el antiguo poder de sanación del ritmo y la vibración. Los investigadores nos dicen que un suave tamboreo altera los patrones de las

ondas cerebrales e induce un estado meditativo natural y una profunda relajación. Los trastornos provocados por el estrés se calman con el suave sonido de un tambor de marco que nos devuelve a nosotros mismos, al ritmo de nuestros propios latidos cardiacos y al pulso de la sangre que fluye por nuestro cuerpo. El tamboreo sincroniza la mente y el cuerpo y nos conecta con la tierra. Limpia nuestro campo energético y armoniza el flujo de energía en nuestro interior. El tamboreo nos vuelve a conectar con nuestra alma.

Después de invocar los símbolos reiki al principio de la sesión y de pasar unos minutos canalizando energía reiki

para relajar a la persona, un suave tamboreo puede producir un efecto poderoso. Relaja el cuerpo y las emociones, asienta la mente y sincroniza la respiración del practicante con la del cliente, lo que en sí mismo supone una sanación y una estupenda preparación para el trabajo de imposición de manos. El tamboreo induce ondas cerebrales alfa y theta que estimulan la intuición y provocan un leve estado de trance. Los clientes pueden viajar activamente al ritmo del tambor para conectarse con lo que se está sanando en ellos o sencillamente abrirse a la vibración que resuena en sus huesos, fluidos, órganos, tejidos, mente y emociones. El sonido del tambor restaura los ritmos vitales y

naturales y deshace las energías estancadas.

Podemos abrirnos al espíritu de nuestro tambor y hacernos uno con él. Podemos experimentar el espíritu del animal con cuya piel se fabricó el parche o sencillamente sentir y hacernos uno con la tierra y los espíritus universales con los que nos conecta el instrumento. Cuando nos sintonizamos con su espíritu podemos descubrir que el tambor dirige su propio sonido, rápido o lento, constante o irregular, impulsándonos incluso a colocarlo sobre partes concretas del cuerpo. Quizá intuyamos bloqueos en esas zonas, que se liberan con el sonido del tambor. Es

importante recordar que las personas pueden ser sensibles al sonido, por lo que debemos tocarlo con suavidad, especialmente en las cercanías de la cabeza y los oídos. Como durante el trabajo de imposición de manos permanecemos en aquellas zonas hacia las que nos llevan nuestras manos de reiki chamánico, también tocaremos el tambor durante el tiempo que nos veamos impulsados a hacerlo y en aquellas zonas que nos llamen. Nosotros seguimos los impulsos del espíritu y esperamos que tú hagas lo mismo. Cuando sepas que has terminado con el tambor, la canalización de energía reiki hacia los lugares en los que lo has tocado perfeccionará el proceso de

sanación. Recuerda posponer toda conversación acerca de lo que el cliente puede haber experimentado durante el tamboreo hasta terminar la sesión de reiki chamánico.

Aunque quizá compruebes que el tambor resulta especialmente bueno para dispersar energías estancadas, también las sonajas pueden utilizarse de una forma parecida y ser particularmente buenas para localizar los bloqueos. Cuando estableces la intención de utilizar tu sonaja para sanar, esta te enseñará cómo desea ser usada y cuáles son sus dones de sanación. Las sonajas están fabricadas de diversos materiales de la tierra tales como algas, calabazas

y pieles de animales rellenas de maíz o piedras. Puede que experimentes que la energía de la sonaja es más suave que la del tambor; simplemente observa a ver qué percibes. Nosotros hemos comprobado que las sonajas pueden utilizarse para suavizar áreas en las que los tambores han dispersado energía o que pueden emplearse por sí solas para alisar zonas congestionadas. Comprueba por ti mismo cuál es tu experiencia. Escuchando a tu corazón y sintiendo el impulso del espíritu elegirás emplear un tambor o una sonaja. Como tanto unos como otras poseen su propio espíritu, empezarás a reconocer su llamada.

Algunos chamanes siberianos

balancean su cuerpo hacia delante y hacia atrás para detectar los bloqueos energéticos de sus clientes. El balanceo interrumpe la mente discursiva y abre la sabiduría del cuerpo y la conexión con la tierra y el espíritu, lo que permite ver la energía del cliente. Quizá a ti también te apetezca probarlo mientras tocas la sonaja. Recuerda que debes abordarlo con la apertura mental de un niño. Sal de tu cabeza y entra en tu experiencia corporal. Tu cuerpo puede ser una extensión de tu herramienta chamánica, de forma que te permita sentir dónde tienes que tocar la sonaja y también cómo hacerlo y cuándo pasar a otra zona. Déjate ser uno con el espíritu de tu sonaja y puede que esta se sacuda con

suavidad y lentitud en algunas partes y se acelere en otras. No intelectualices, limítate a tocarla sobre el cuerpo de tu cliente allí donde te apetezca hacerlo. Con el tiempo llegarás a experimentar una mayor unicidad con ella, que te enseñará la mejor forma de emplearla en tu trabajo. La sonaja puede convertirse en una herramienta poderosa y digna de confianza. Observa cuándo te sientes inclinado a tocar el tambor o la sonaja durante las sesiones de reiki chamánico. Sigue el impulso del espíritu. También se puede utilizar el tambor o la sonaja para facilitar cualquier viaje chamánico que emprenda el cliente.

LIBERACIÓN DE BLOQUEOS CON FLORES, PIEDRAS Y PLANTAS

Parecido a lo que experimentamos cuando tocamos el tambor o la sonaja, cuando movemos las manos lentamente sobre nuestro cliente o le tocamos con suavidad también podemos, por razones que no somos capaces de expresar, sentir dónde la energía no está fluyendo con suavidad. En lugar de percibir la conexión a través de nuestro tambor o nuestra sonaja, podemos detectarla como un área que nos resulta densa, congestionada, caliente, fría u hormigueante. Quizá notemos una especie de chasquido en las manos. Cualquiera de estas experiencias puede

significar que estamos intuyendo un bloqueo de energía, aunque también es posible que no percibamos ninguna sensación física. En lugar de eso quizá sepamos sencillamente dónde se encuentran los bloqueos y los veamos o percibamos a través de nuestra visión interior. Lo normal es verlos como zonas oscuras. Podemos permanecer en un punto y canalizar energía reiki, pues eso destensará los bloqueos de energía, o utilizar las técnicas chamánicas que presentamos en este libro.

Cuando localizamos una de estas áreas, colocamos sobre ella una piedra o cristal de sanación (la turmalina negra funciona bien) y la dejamos ahí. La

cargamos con cualquier símbolo reiki que nos resulte apropiado y con la intención de que disuelva o extraiga el bloqueo. Si eres un practicante de primer nivel es suficiente que la cargues con la intención y luego te olvides de ella mientras continúas con la sesión. También podemos emplear dos piedras de sanación y golpearlas una contra otra con suavidad sobre la zona bloqueada para desalojar las energías. Es algo parecido a la forma en la que hacemos vibrar el tambor o la sonaja sobre la zona. En ambos casos, al terminar introduciremos las piedras en agua con sal marina.

Muchas culturas chamánicas de Perú,

Ecuador y otras zonas de América Latina consideran que los claveles son unos vehículos especialmente buenos para el espíritu. Los chamanes quechuas andinos nos dicen que los claveles magnetizan los poderes de sanación de los volcanes sagrados. Los colores más habituales son el rojo, el rosa y el blanco. Para obtener la ayuda de las flores cogemos dos o tres claveles de un jarrón que hemos preparado antes de la sesión. Sosteniéndolos por el tallo golpeamos suavemente al cliente sobre la parte del cuerpo en la que hemos percibido el bloqueo. Tras unos momentos canalizamos energía reiki sobre ese mismo punto. Al hacerlo veremos o sentiremos si el bloqueo se

ha liberado o aflojado. En caso contrario probaremos una segunda vez. Si el bloqueo ha desaparecido, dejaremos las flores a un lado y continuaremos con la sesión. Al terminar se las entregaremos al cliente (en una pequeña bolsa de papel) para que las entierre. Puede hacerlo en algún momento de ese mismo día o justo después de la sesión si el practicante vive en una zona rural. Le invitamos a que dé las gracias a la madre tierra por la sanación y le pida que absorba y transmute cualquier energía atrapada dentro de las flores y la reúna con la corriente de energía universal. Después de enterrar las flores, el cliente puede

quemar la bolsa de papel en la que las llevó en una hoguera o en una estufa de leña o echarla al contenedor de reciclaje.

La energía de las flores resulta también especialmente buena para aliviar el estrés. Si el cliente acude a la sesión enfadado o estresado, o percibimos tensión en alguna parte de su cuerpo como los hombros, los brazos o las piernas, pediremos a las flores que alivien esa tensión. Seguiremos el mismo procedimiento descrito y abriremos la sesión con los símbolos reiki y canalizando la energía. A continuación nos detendremos y utilizaremos las flores de la misma

forma, golpeando suavemente con ellas los lugares donde el cliente retiene el malhumor o el estrés. También podemos depositarlas sobre una parte del cuerpo pidiendo que la energía se relaje más en ella mientras colocamos nuestras manos para canalizar el reiki en otras áreas. Esta posibilidad resulta especialmente valiosa cuando el estrés o los bloqueos de energía aparecen en zonas sensibles. En este caso entregaremos al cliente algunas flores sin tallo. Debe conectarse con ellas y pedirles su sanación, y luego colocarlas sobre el lugar de su cuerpo hacia el que se sienta impulsado. Resulta llamativo comprobar que las personas suelen saber exactamente dónde deben ir las flores, aunque sea la

primera vez que lo hacen.

Por otra parte, las ramas de hoja perenne pueden absorber el estrés. Si percibimos tensión en la espalda de nuestro cliente, por ejemplo, colocaremos la rama sobre ella y la pasaremos como si fuese una esponja para empapar la tensión. También podemos colocar varias piedras de sanación e invitarlas a que hagan el trabajo mientras el cliente yace boca abajo. Apretaremos con suavidad cada una de ellas después de colocarlas sobre el cuerpo y les pediremos que eliminen la tensión. Si más tarde sentimos que la tensión no ha desaparecido, volveremos a presionarlas suavemente.

Siempre resulta preferible incorporar al cliente a su propia sanación, pues esto le empodera. Esta es una de las diferencias entre el reiki chamánico y el reiki. Para corroborarlo podemos afirmar que él es capaz de visualizar el bloqueo de energía, la tensión, el enojo o cualquier emoción que se encuentre en una parte concreta del cuerpo. A continuación colocamos sobre ella una piedra o una flor, la golpeamos con flores o la empapamos con una rama de hoja perenne. Le pedimos que vea o sienta que la herramienta actúa como un imán mientras continuamos canalizando energía reiki. Como el imán extrae el estrés, puede que el cliente desee

visualizar o sentir lo que está dentro de él como un bloque sólido, como una intrusión. Cuando utilicemos la herramienta (por ejemplo, cuando golpeemos con las flores) le pediremos que sienta o vea cómo las flores rompen el bloque y lo extraen de su cuerpo. A continuación le ofreceremos la misma visualización que hicimos anteriormente. Pediremos a nuestro cliente que vea cómo la luz de la Tierra llena la zona por completo. Debe seguir haciéndolo hasta que él o nosotros sintamos que el estrés, el bloqueo energético o aquello para lo que se empleó la herramienta chamánica han desaparecido. También podemos hacerlo utilizando un tambor o una sonaja. Sencillamente pide a tu

cliente que visualice las vibraciones del tambor o la sonaja como si fueran flechas o dardos que salen del instrumento, se introducen en él, penetran en el bloque sólido y continúan bajando hacia el interior de la Tierra. Cada vez que una flecha pasa por el bloque, pide al cliente que visualice que se lleva consigo una parte del bloqueo. Eso debe continuar hasta que nos haga saber que la obstrucción ha desaparecido por completo. Se habrá reciclado en energía universal.

Esperamos que comprendas la sencillez de este trabajo. Se trata simplemente de confiar en que la Tierra y la energía universal van a beneficiar a

nuestro cliente. Si no dispones de claveles puedes utilizar cualquier otro tipo de flor. Si no tienes flores sino árboles vivos cerca, puedes pedirle a alguno sano que te ofrezca unas cuantas ramas para la sanación. Antes de cortar cada rama expresa gratitud y pide al árbol que retraiga su energía justo debajo del lugar en el que vas a hacer el corte. Debes utilizarlas de la misma forma. Los chamanes siberianos de la región montañosa de Shor utilizan tradicionalmente ramas de abedul para las purificaciones, y muchos chamanes andinos emplean plantas aromáticas. Sencillamente asegúrate de que las plantas que empleas no son venenosas y de que ni la persona con la que estás

trabajando ni tú sois alérgicos a ellas. Si vives en una ciudad y no puedes cortar ramas de árbol, recoge algunos palos del suelo. Límpialos física y energéticamente y guárdalos en tu casa para poder utilizarlos más tarde. Antes de la sesión puedes atarles unas hojas alrededor, aunque también puedes utilizarlos desnudos. Si golpeas el cuerpo de tu cliente, asegúrate de hacerlo con suavidad. También puedes hacer rodar el palo sobre la zona cogiéndolo por los extremos para que el centro gire sobre el cuerpo del cliente. No uses jamás una herramienta viva como una flor, una hoja o un palo para más de una persona. Tras la sesión, o al

finalizar el día, apártalos y devuélvelos a la naturaleza tal y como describimos anteriormente.

UNA VISUALIZACIÓN ADICIONAL PARA EMPODERAR AL CLIENTE

Si una persona desea implicarse activamente en su propia sanación podemos ofrecerle esta visualización guiada adicional. Puede utilizarse para eliminar cualquier cosa que tu cliente o tú percibáis en su interior y que ya no le sirve para su mayor bien. Puedes emplearla con las herramientas chamánicas de las que hemos hablado en este capítulo o quizá descubras que son otras las que te impulsan a que las utilices con ella.

Empezamos como en el capítulo 2 visualizando una columna de luz que se

origina en las profundidades de la Tierra y que se eleva hasta nuestro cliente. Sin embargo, en esta visualización la luz penetra en él desde la parte superior de su cabeza y se mueve en el sentido de las agujas del reloj y en espiral descendente por todo su cuerpo. Cuando llega al lugar en el que hemos colocado una flor o una piedra, le pedimos al cliente que vea o perciba cómo esta luz se aferra a aquello que obstaculiza su flujo. Le invitamos a imaginar que la luz empuja con suavidad el obstáculo hacia arriba a través de la piel y hacia la piedra o la flor y que luego continúa su movimiento en espiral por el cuerpo. La persona debe experimentar una corriente

constante de luz que fluye hacia ella, la atraviesa y sale de su cuerpo. Ahora su energía debe fluir de forma correcta. Si nuestro cliente nos comunica que el obstáculo se resiste a ser trasladado a la herramienta, debemos recordarle que esta luz es impulsada y accionada por la Tierra, mucho más poderosa que cualquier bloqueo. Al oírlo y reconectarse con la Tierra, normalmente comprueba cómo la herramienta chamánica absorbe el obstáculo, muchas veces absorbiéndolo como una aspiradora.

Si las utilizamos de la forma descrita, las flores, las piedras, las ramas con hojas e incluso los palos pueden disipar,

mover o eliminar todo aquello que esté obstruyendo el flujo saludable de la energía. También podemos ayudar a nuestros clientes utilizando piedras o flores por motivos diferentes y de formas distintas. Por ejemplo, podemos aplicar piedras con la intención de que les infundan energía, fuerza y poder. Podemos hacer lo mismo con las flores, barriendo con ellas la cara y el cuerpo de una persona para impregnarla de las cualidades de sanación de la planta. También, con la intención de ambos, pueden eliminarse barreras mientras la persona se satura del espíritu y el poder de la planta, la piedra o la rama. Este poder restaurará el flujo de energía del cliente y revivirá su relación con la

fuerza de vida universal.

Si intuyes cualquier otro uso para una o más de tus herramientas chamánicas de forma que resulten útiles para tus clientes, confía en que la herramienta hará todo aquello que tu intención guíe.

CAPÍTULO 5

EL PODER DE SANACIÓN DE LOS ELEMENTOS

Como ya dijimos anteriormente, el reiki en su forma más pura constituye una modalidad de sanación maravillosamente sencilla. Lo único que requiere es la intención del practicante de conectarse con la energía de vida universal. A partir de ese punto, el reikista no tiene más que canalizar energía reiki para sanar. El reiki se

dirige por sí solo hacia el lugar del cuerpo del cliente en el que resulta más necesario para relajarle, rejuvenecerle, dispersar energías congestionadas y llevarle a un estado de armonía. Sin embargo, cuando le añadimos una perspectiva chamánica, la sesión de sanación se convierte en una experiencia holística maravillosa diseñada en exclusiva para cada persona.

Al profundizarse la confianza del practicante de reiki chamánico en el espíritu, le resulta más fácil seguir el impulso de este y dejar que el universo realice la mayor parte del trabajo. De todas formas, prácticamente todos los sanadores saben que no podemos

dejarlo todo en manos del universo; este necesita que participemos con él. Por muy efectiva, o incluso milagrosa, que resulte una sesión de sanación para aliviar una enfermedad, los síntomas que suelen ser los indicadores más evidentes y tardíos del desequilibrio reaparecerán si no tratamos su causa. Muchas veces se han ignorado las señales anteriores y más sutiles de la enfermedad. Llevas años sintiéndote desgraciado en el trabajo, pero has conseguido reprimir tus sentimientos, pues estabas convencido de que no tenías otra opción. O sigues manteniendo una relación emocionalmente ofensiva, pero niegas que esté sucediendo nada malo porque tienes miedo de quedarte solo. Cuando

no encontramos la forma de manejar aquello que está fuera de equilibrio en nuestras vidas, o cuando no lo reconocemos, no resulta infrecuente que nuestro cuerpo nos diga en voz alta que algo va mal; los síntomas pueden ser sus mensajes. Para participar con el universo y sustentar nuestra sanación debemos ocuparnos de los temas subyacentes que dieron origen a nuestros problemas.

Desde un punto de vista elemental, la mayor parte de la gente interpreta que un beneficio de sanación a largo plazo significa no sólo que el problema ha sido eliminado, sino que no va a reaparecer. Para que esto suceda es

necesario que el cliente cambie su actitud, su comportamiento, sus relaciones y su entorno. En ocasiones estos cambios se producen de un modo fácil porque el reiki y el trabajo chamánico pueden cambiar la raíz de las causas energéticas primigenias de los desequilibrios. En ese caso, y de forma parecida a un efecto dominó, una vez que cambian los desequilibrios centrales, las tendencias destructivas también lo hacen permitiendo que las reemplacen de forma espontánea unos patrones más saludables. Sin embargo, resulta más frecuente que el trabajo profundo de mantenerse equilibrado comience cuando la persona se baja de la camilla.

Como ejemplo podemos citar el compromiso que adquirió el doctor Mikao Usui a finales del siglo XIX de ofrecer tratamientos gratuitos de reiki a los mendigos que vivían en las calles de Kioto, en Japón. La historia cuenta que Usui lo hizo con gran éxito hasta que al cabo de siete años comenzó a observar que algunos de ellos volvían a estar en la calle a pesar de la sanación y la transformación que habían experimentado. Lo que sucedió fue algo que muchos chamanes consideran que depende de la responsabilidad personal: las personas tienen más probabilidades de transformarse cuando se han comprometido con su propio proceso de

sanación y se han implicado en él. Cuando el doctor Usui comprendió por qué sólo administrar tratamientos de reiki no era suficiente para asegurar un cambio duradero, empezó a facultar a otras personas para que canalizaran el reiki ellas mismas.

Los maestros chamánicos indígenas Ipupiara Makunaiman, de la tribu ure-reu-wau-wau brasileña, y su esposa peruana Cleicha Toscano a menudo les dicen a sus alumnos: «Todos los cambios proceden del interior». Para asegurarse de que los efectos beneficiosos de una sanación continúan, los clientes deben hacer el trabajo de seguimiento. Este trabajo lo identifican

mejor los propios clientes, aunque puede ser apoyado y dirigido por el sanador. El primer requisito para cambiar algo desde dentro es tener una intención muy firme de hacerlo; debemos desearlo profundamente. En segundo lugar, tenemos que ser más conscientes, tomar decisiones nuevas y abandonar pensamientos, emociones y acciones que no nos resulten útiles. Hace falta compromiso y conciencia para reconocer lo que sentimos y hacer algo para mejorarlo.

PRUEBAS CHAMÁNICAS DE LA VIDA

Otra posibilidad es que los clientes experimenten una sanación milagrosa y se vayan libres de síntomas, dispuestos a nutrir el cambio con unos patrones de vida más saludables. Sin embargo, llegará el momento en que vuelvan a rondarles sus antiguos demonios o en el que se sientan sometidos a una prueba que está por encima de sus limitaciones. El cambio, tanto iniciarlo como mantenerlo, es algo notoriamente difícil. Ese es el motivo de que en todo el mundo existan cientos de grupos de apoyo para personas que luchan contra adicciones y otros problemas.

La vida tiene sus retos, y hay momentos que verdaderamente nos ponen a prueba, aunque el hecho de sortearlos conscientemente nos aporta, en último extremo, más fuerza. La mayoría de nosotros experimenta la vida no como un camino recto y estrecho, sino como una aventura escabrosa y desafiante. El nuestro es un viaje muy humano. Las pruebas de la vida están relacionadas con abrir nuestros corazones para ser más compasivos y nuestras mentes a nuevas direcciones, oportunidades y facetas de nosotros mismos. Estamos llamados a estar plenamente presentes en cada uno de los pasos del camino y a recordar nuestra

unicidad, nuestra conexión con todas las cosas. Hasta que no lo hacemos no podemos alcanzar los objetivos superiores de la vida, ni siquiera entender que tenemos unos objetivos superiores. Esto resulta especialmente importante en estos tiempos de cambio global. Al volver la vista atrás a menudo comprobamos que nuestras épocas más difíciles son las que quizá han propiciado un crecimiento más profundo. Muchas veces sólo somos capaces de ver con claridad en retrospectiva que el espíritu nos impulsó a dirigirnos exactamente a donde debíamos ir. La vista atrás tiene siempre razón al cien por cien.

Las pruebas chamánicas son siempre oportunidades. Sin embargo, el que aprovechemos la oportunidad depende de cómo la percibamos y de lo que hagamos con ella. Con independencia de los consejos, de las enseñanzas pasadas o presentes, de la educación o la inteligencia, incluso de nuestra voluntad para cambiar la dirección de nuestra vida, nuestras respuestas son a menudo producto del hábito y no van en pro de nuestro mejor interés. Si le preguntas a una persona que está intentando perder peso si resulta fácil traducir las intenciones en acciones, la mayoría te responderá que no. Ya hemos dicho que es necesario pasar con cada cliente más

de la clásica sesión de cincuenta minutos. Sin embargo, tus clientes no pueden llamarte muchas veces a lo largo del día en busca del apoyo que necesitan para sortear los desafíos de la vida. Nuestra tarea consiste en ayudar a las personas a hacer el trabajo que tienen que realizar cuando abandonan nuestro espacio de sanación, a vivir de un modo más consciente y a aceptar las pruebas chamánicas como oportunidades. De este modo pueden alcanzar su máximo potencial y beneficiar al mundo.

Cuando Mikao Usui comprobó que la responsabilidad personal era un ingrediente necesario para obtener una transformación duradera, comenzó a

enseñar y a iniciar a otras personas para que hicieran reiki. Como practicantes de reiki chamánico podemos seguir su ejemplo de enseñar, además de sanar, presentando a nuestros clientes a unos amigos chamánicos a los que pueden acudir siempre que lo necesiten. La relación establecida con estos nuevos amigos chamánicos puede sanar, equilibrar y ayudar a las personas a acceder a una guía interior cuando más lo necesitan. Eso les da fuerzas para permanecer en un sendero de sanación mucho tiempo después de haber terminado la sesión sin depender del sanador que les ayudó a distinguir el sendero.

Concepto

Las antiguas culturas chamánicas consideraban que todo lo que existe en este mundo pertenece a uno de los elementos principales: tierra, aire, fuego, agua y espacio o éter. Según la perspectiva chamánica del mundo, cada elemento posee unas cualidades espirituales a las que se puede acceder mediante el viaje chamánico o simplemente dirigiendo conscientemente nuestra conciencia hacia él. En el nivel más simple, cada uno de los elementos tiene unas propiedades físicas y unos atributos energéticos únicos, aunque todos surgen de la misma fuente primigenia. Al invocarlos y fundirnos

con ellos, es decir, al conectarnos de forma consciente con ellos y experimentar sus atributos físicos, además de sus características sutiles y energéticas, podemos conocernos de manera más íntima y fortalecernos, puesto que estamos hechos de esos mismos elementos.

Los aliados chamánicos que te invitamos a presentar a tus clientes son las cualidades espirituales de los elementos. Cuando tus clientes y tú desarrolláis una relación personal con estos elementos, abrís la puerta para que puedan producirse la sanación y la magia.

Hoy en día casi todo el mundo es

consciente de lo sanador que puede resultar pasar un tiempo en la naturaleza. Dedica unos momentos ahora mismo a recordar cómo te sentiste después de un largo paseo por un bosque precioso, tras nadar en un lago prístino, al observar una puesta de sol gloriosa o al escuchar la cacofonía matutina de los pájaros en primavera. Recuerda cómo se sentía tu cuerpo, lo que experimentaste emocional o mentalmente. Lo más probable es que, incluso aunque al principio no estuvieras relajado, al percibir y sentir la maravilla del mundo que te rodeaba, después de estar en la naturaleza aunque sólo fuera unos momentos que empezaras a sentirte en paz. Cuando nos sumergimos en los elementos nos

sentimos sincronizados y equilibrados; nos sentimos buenos de una forma muy básica. Estar en la naturaleza nos vuelve a conectar con el flujo sagrado de la vida y con nuestra imposibilidad de separarnos de todas las cosas. La supervivencia de nuestra especie depende de esta conciencia hoy más que nunca.

El cuerpo de la Tierra no es independiente de nuestra piel, nuestros ligamentos y nuestros huesos. Nuestras aguas internas son una con los océanos, los lagos y los ríos. Nuestro calor digestivo y celular es inseparable del fuego del Sol, los volcanes y las estrellas. Los vientos que limpian y

proporcionan energía a nuestro planeta también pueden purificarnos y revitalizarnos a nosotros con cada aliento que tomamos. El vasto espacio del firmamento y los cielos, el espacio que guarda el potencial de lo que es físico y material, es el mismo espacio que descansa entre nuestras palabras y nuestros pensamientos y en los intervalos entre nuestras respiraciones. Es el mismo que los vastos espacios internos de nuestros cuerpos y nuestras células y el espacio de la propia consciencia humana.

Recuerda que nuestra unicidad con los elementos rejuvenece nuestro cuerpo, cambia nuestra consciencia y

nutre nuestra alma. Nos conecta con lo que es sagrado y nos ayuda a cambiar en formas que cambien el mundo.

DESARROLLO DE UN ENFOQUE PERSONAL

Anteriormente mencionamos la sencillez del chamanismo. Es un punto importante. También mencionamos que los chamanes más poderosos que hemos conocido son aquellos que espigan directamente de la naturaleza y el espíritu…, y creemos que los únicos maestros chamánicos verdaderos son los propios espíritus. Los maestros humanos pueden señalarnos la dirección correcta y facilitarnos las relaciones con los guías animales chamánicos, los maestros, los espíritus y las energías que interactúan con la realidad física. Sin embargo, al observar las diversas

formas de abordar y practicar el chamanismo en el mundo, resulta fácil comprobar que no existen normas rígidas y rápidas. Si a ti te funciona, eso es que funciona. Este concepto es extremadamente importante. El nuevo practicante chamánico puede preguntar cómo forjar un lazo con los elementos; por ejemplo, qué atributos del agua pueden facilitar más la sanación y el cambio. Para los principiantes podríamos responder que los de batiente, destructiva, flexible, fluida, furiosa, suave, moledora, poderosa y tranquilizante, pero nuestras respuestas pueden no ser la experiencia que tú necesitas. os invitamos a tus clientes y a ti a que os vinculéis con cada uno de los

elementos de cualquier forma que os funcione. Vuestros propios descubrimientos se corresponderán con vuestras necesidades con mucha mayor precisión de lo que cualquiera podría contaros. Y desvelarlos por vuestra propia voluntad hará que vuestra relación con cada elemento que empleéis sea más profunda.

Por tanto, no vamos a extendernos demasiado describiendo cada elemento, puesto que tú mismo puedes verificar sus cualidades. En lugar de eso te ofrecemos algo de orientación y te encaminamos en la dirección correcta para que puedas establecer tu propia relación con ellos y sentirte con

confianza suficiente para ayudar a tus clientes a que establezcan la suya. Si aún no estás compenetrado con los elementos, asegúrate de conectarte primero con ellos antes de presentar a estos amigos a las personas con las que trabajas. Cuanto más personal sea nuestra experiencia de la capacidad de la naturaleza para sanar, dar energía, ofrecer sabiduría y reflejar nuestra verdadera naturaleza, más fácil nos resultará orientar a otros para que la busquen. Este es el objetivo de este capítulo: facilitar la implicación activa de tu cliente con los elementos para obtener una relación más profunda con el mundo y consigo mismo. En el mundo chamánico todo depende de las

relaciones. Cuanto más exploramos la naturaleza, los elementos y nuestras herramientas y guías chamánicas y más interactuamos con ellos, más íntimas y dignas de confianza se vuelven estas relaciones.

UNAS PALABRAS SOBRE LOS VIAJES

En los últimos capítulos has estado leyendo sobre cómo utilizar viajes imaginativos empoderadores con tus clientes, y a estas alturas ya debes estar familiarizado con el proceso. No es difícil. Como ya hemos dicho, entrar en la realidad del espíritu no es más que cerrar los ojos o relajarte y expandir tu atención para ensoñar que estás en ella. A continuación te presentamos numerosos planteamientos que quizá te apetezca incorporar a tu bagaje curativo. Varios de ellos se basan en el método de viajar, por lo que debes abrir tus sentidos y dejar volar tu imaginación. Repito, tus clientes y tú no debéis

preocuparos si no sois capaces de ver con vuestra visión interior; sencillamente abriros a sentir y experimentar de cualquier forma que se os presente. Con tiempo y práctica os sentiréis cómodos viajando y seréis capaces de entrar en la realidad alternativa a voluntad.

PURIFICAR CON LOS ELEMENTOS

Aunque resulta útil estar en la naturaleza cuando te conectas con los elementos, no es completamente necesario porque todo está formado por ellos; podemos abrirnos a ellos hasta sentados en nuestro cuarto de estar.

Una forma fácil de iniciar una relación con los elementos es mediante un ejercicio que John Perkins presenta en los talleres chamánicos denominado *Purificar con los elementos. Purificar con los elementos* es algo que tu cliente y tú podéis hacer en cualquier momento, incluso si estáis sentados en un atestado vagón de metro o en un autobús, pero

por favor no emprendáis viajes cuando vayáis conduciendo. Puedes presentar esta práctica a tus clientes cuando acudan a tu espacio de sanación y después de eso pueden probarla cuando estén solos.

Tu cliente puede viajar a los elementos en cualquier momento de la sesión, pero hacerlo al principio le ayuda a relajarse y a profundizar más en el trabajo que sigue. Si incluimos *Purificar con los elementos* en la fase de imposición de manos, comenzamos de la forma habitual y, en cuanto sentimos que la respiración de la persona se relaja y que la tensión del día parece disiparse, la invitamos a

emprender este viaje con su imaginación activa. Si la introducimos antes de empezar la fase de imposición de manos, informaremos al cliente sobre esta última y sobre la purificación de forma conjunta mientras estamos sentados uno frente al otro en meditación.

Como sucede con todos los enfoques que hemos presentado hasta ahora, tú eres el que mejor puede determinar cómo aplicarlo en tu propia práctica. Recuerda que este ejercicio también puede realizarse por sí solo como un aliado poderoso. Tu cliente puede irse a casa y acceder al poder de los elementos en cualquier momento para

sentirse renovado y fortalecido siempre que lo necesite.

Antes de que emprenda el viaje le explicamos que lo único que debe hacer es permitir a los elementos liberar y purificar cualquier tensión, preocupación y estrés con los que haya acudido a la sesión. Le sugerimos que en el espacio del viaje imagine y experimente activamente, de cualquier forma que le parezca adecuada, que los elementos acuden para sanarlo y renovarlo. Normalmente, cuando preguntamos hacia qué elementos se sienten más atraídos, con independencia de su pasado chamánico, la mayoría de las personas contestan de inmediato. Los

clientes pueden empezar llamando a ese elemento, aunque si no se sienten seguros sobre a cuál deben invocar, pueden pedir que el elemento que más necesitan en ese momento acuda a ellos el primero.

Recuerda que hemos hablado de que los espíritus son los verdaderos maestros. Aunque sugerimos empezar con un elemento, muchas veces estos tienen su propia agenda. Pueden llegar a nosotros uno después de otro sin ningún orden, o puede que aparezcan varios a la vez. Si eso sucede, no hay necesidad de expulsar a los demás, sino que debemos relajarnos y disfrutar de todos los que surjan. De todas formas, los elementos

no están realmente separados unos de otros, y nuestro objetivo es sentir cómo su poder nos penetra, sea cual sea la forma en la que eso suceda. No tenemos que comprender por qué el agua está haciendo lo que está haciendo; lo único que necesitamos es experimentar el agua en nuestro viaje y sentir su energía. Cuando recibimos un masaje, la mayoría de nosotros intenta no pasar demasiado tiempo preguntándose por qué el masajista está amasando nuestros hombros. Es más importante que entremos en la experiencia, que la sintamos. También nos rendimos a la sensación de tener a los elementos trabajando en nosotros en lugar de analizar lo que están haciendo. No se

trata de un ejercicio intelectual, puesto que está diseñado para implicarnos con mayor profundidad. Siempre podemos diseccionar e intelectualizar más tarde.

El abanico de sentimientos y emociones que los clientes pueden experimentar cuando los elementos los purifican es ilimitado. Pueden sentirse como si estuvieran revolcándose en un barro que los limpia hasta la médula. Pueden imaginarse a sí mismos volando sobre el lomo de un águila a través de fuertes vientos que se llevan sus tensiones y preocupaciones. Pueden sentir que están sumergidos en un claro estanque con una cascada que cae sobre ellos lavando y renovando cada célula

de su ser. Unas llamas que queman obstáculos pueden engullir a algunos clientes. Quizá estén tumbados en una playa arenosa mientras el calor del Sol los calma y los alimenta, tras lo cual las olas ruedan suavemente sobre ellos llevándose todo aquello que el Sol ha soltado en su cuerpo, sus emociones y su mente. Puede que experimenten que están suspendidos en la inmensidad del espacio sintiéndose expandidos, alimentados y sin límites.

O quizá no suceda nada de esto y los elementos vengan como formas completamente diferentes, como animales, guías espirituales, símbolos u objetos sagrados. Es el espíritu del

elemento lo que sana, y la forma en la que puede presentarse es intercambiable. Lo importante es experimentar y confiar en que todo lo que suceda será lo que debe suceder. Es bueno dedicar a este ejercicio todo el tiempo que se necesite o se desee.

Pedimos a nuestros clientes que nos susurren cuando terminan el viaje y les invitamos a tomarse unos momentos para observar cómo se sienten y para compartir con nosotros lo que les apetezca acerca de la experiencia. Este conocimiento puede guiarnos durante toda la sesión para apoyar el trabajo que los elementos han empezado.

Es importante saber que puedes

Purificar con los elementos en cualquier momento y que, aunque cada vez que lo hagas sea diferente, siempre tendrá el mismo poder y efectividad. Cuando nos abrimos a los elementos sanamos nuestra separación de la naturaleza y nos abrimos al mundo sagrado que conecta con la realidad material.

Un enfoque más fundamental para desarrollar una relación con los elementos consiste en aprender a fundirse con ellos y de este modo profundizar nuestra conexión con cada uno de ellos. Eso nos abre la puerta para experimentar y hacer que estas cualidades intrínsecas estén disponibles

en nosotros mismos. Constituye también el primer paso que damos para aplicar de forma consciente sus propiedades concretas de manera que apoyen nuestro camino de sanación. Muchas veces ponemos a nuestros clientes los deberes de conectarse con la naturaleza, algo fantástico como trabajo continuado, pero también muy valioso para los que acuden sólo para una sesión. Establecer relación con los elementos nos ayudará durante toda la vida.

La siguiente sección la pueden explorar los clientes de forma independiente o podemos integrarla en la sesión de reiki chamánico. Resulta especialmente propicio salir al exterior

y acompañar a los clientes en esta práctica la primera vez que la realizan. Evidentemente es más adecuado cuando planificas unas sesiones más largas. Sin embargo, también es bueno saber que este enfoque puede emplearse de forma exclusiva en el espacio del viaje mientras estás imaginando activamente. Si lo introduces de este modo durante la fase de imposición de manos, es importante estar ya muy metidos en la sesión de reiki chamánico antes de guiar a la persona durante su viaje. Dejamos a tu discreción cambiar las instrucciones para que se ajusten al formato del viaje.

FUNDIRSE CON EL ESPÍRITU DE LOS ELEMENTOS

¿Cuáles son las características concretas de los elementos de nuestro mundo? Existen elevadas y majestuosas montañas, cielos azules, valles fértiles, volcanes, noches estrelladas, bosques, tanto nuevos como antiguos, ríos, vientos fieros y suaves y océanos, sólo por nombrar unos cuantos. Existen rocas inmensas y vastas extensiones de cielo nocturno. Existen acantilados altos y abruptos que se elevan sobre mares batidos por los vientos y coronados de blanca espuma, y prados apacibles que se deslizan hasta tocar lagos y ríos. Y tan importantes como ellos, existen

yermos desiertos de hielo y tierras congeladas, baldíos en los que ni siquiera sobreviven los animales o las plantas y zonas en las que el cieno hierve y las burbujas de azufre estallan en el aire. Todos ellos, ya sean hermosos o escabrosos, forman parte de nuestro mundo, y cada uno posee su propio espíritu. Sin embargo, ¿cómo es el espíritu de cada uno de estos lugares? ¿Qué atributos, fortalezas y propiedades de sanación nos ofrece fundirnos con estas energías? Sintonizándonos y utilizando métodos chamánicos podemos descubrirlo.

Vivir en una zona en la que puedes caminar sobre la tierra es ideal, y estar

descalzo es la forma óptima de sentir por primera vez tu conexión con la tierra. Mientras caminamos, abrimos nuestro corazón y nuestra conciencia para sentir cada paso y cada movimiento de nuestro cuerpo. Despertamos los cinco sentidos a los elementos que nos rodean y percibimos las brisas, las temperaturas, escuchamos los sonidos, experimentamos los olores y sabores y observamos lo que vemos. También nos abrimos a sensaciones y percepciones más sutiles y dejamos ir los pensamientos mundanos para asimilar toda la maravilla de la naturaleza. Caminamos hacia donde nos sentimos atraídos e invitamos a que se establezca una conexión con el espíritu del lugar.

Para ello sólo hay que descansar la mente, abrir el corazón y pedir permiso para estar ahí. (No te olvides de que puedes hacerlo en nuestra realidad o en la realidad espiritual del viaje chamánico.)

Los tuvanos, igual que los chamanes de todo el mundo, están íntimamente sintonizados con los elementos. Viven y caminan con ligereza sobre la tierra, lo que se representa a través de las puntas elevadas de sus tradicionales botas de piel de yak. Cuando se desplazan por las vastas extensiones de la estepa, las montañas y la taiga (bosques siberianos perennifolios), los chamanes tuvanos honran a los espíritus de los ríos, los

árboles, los vientos y la tierra mediante ofrendas, postrándose sobre la tierra y celebrando ceremonias.

También podemos comunicarnos íntimamente con estos espíritus, expresarles nuestra gratitud y sentir nuestra unicidad con ellos. Los espíritus del lugar pueden a su vez comunicarse con nosotros, incluso ofrecernos un símbolo o mensaje que percibimos intuitivamente y que a menudo nos proporciona la medicina exacta que necesitamos en ese momento de nuestra vida. Cuando llegamos al lugar hacia el que nos hemos sentido atraídos, podemos realizar una ofrenda sencilla, como arrodillarnos sobre la tierra y

apoyar las palmas de las manos y la frente en el suelo, tal y como hacen algunos tuvanos. También podemos buscar un árbol que nos llame y apoyar las palmas de las manos y la frente contra él. Al hacerlo, relajamos la mente y el cuerpo, abrimos nuestro corazón y sentimos nuestra gratitud. Dedicamos un tiempo, tan largo como nos apetezca, a estar de este modo. El espíritu del lugar puede acudir a nosotros con un mensaje o sencillamente llenarnos de energía y amor.

Más tarde, cuando nos sintamos completamente uno con el lugar (algo que puede parecer más difícil para los habitantes de una ciudad, pero que

resulta igual de posible), quizá nos sintamos inducidos a inclinarnos y coger una piedra. En este punto nos sentimos plenamente tranquilos en nuestro entorno y enfocamos nuestra conciencia hacia fuera, hacia la piedra que tenemos en la mano. También puede que al hacerlo nos sintamos atraídos hacia las flores que olemos, el viento que mece las ramas de un árbol cercano, el arroyo resplandeciente que corre a nuestros pies o la enormidad del cielo azul que se abre sobre nuestra cabeza. Mientras contemplamos aquello que atrae nuestra atención, relajamos la vista y la mente y nos sumergimos en la experiencia. Nos damos permiso para entrar en el arroyo, el viento, la piedra o cualquier cosa que

estemos contemplando con toda nuestra conciencia. Nos permitimos hacernos uno con lo que miramos, tal y como hicimos cuando percibimos nuestra unicidad con el espíritu del lugar. Puede que sintamos cómo nuestro cuerpo físico se vuelve la piedra, las flores o el arroyo, pero el objeto en sí no es tan importante como la conexión que hemos establecido con su espíritu.

No existe mejor forma de sentir el poder de los elementos, y nuestro propio poder, que el de experimentar la unicidad con la naturaleza. Siempre que nos sintamos tensos, preocupados, enfermos o desequilibrados de cualquier forma podemos sumergirnos en la

naturaleza para rejuvenecer y restaurar nuestra energía. Los pueblos antiguos conocían y accedían a las energías de la realidad mitológica que corre paralela a la física para obtener sanación, orientación y sustento. Ellos fueron los administradores planetarios originales que sabían que el cuidado, la gratitud y la reverencia abren la puerta a las fuerzas de la naturaleza y de las esferas mágicas. Sabían que vivir en equilibrio con la belleza de los arroyos, los árboles, las brisas, las estrellas y otras entidades naturales y sentirse sobrecogido por ella les estimulaba a responder. Nosotros podemos hacer lo mismo. Simplemente abriéndonos a la tierra, apreciándola y tumbándonos

sobre ella, por ejemplo, podemos sentirnos renovados y fortalecidos. Podemos aspirar activamente esta energía de la tierra y hacer circular la renovación y la fuerza con nuestra respiración por todo el cuerpo, la mente y las emociones. Al sentir nuestra unicidad con los árboles, al ser tocados por su belleza y al hablar libremente con ellos sobre nuestros desafíos y problemas, podemos resolver de forma espontánea aquello que nos trastorna. Si nos sintonizamos y mostramos reverencia por el elemento fuego, como hacen los chamanes quechuas de los Andes con los volcanes sagrados, podemos dar poder a los deseos y

objetivos. Si vivimos en un entorno rural podemos encender una pequeña hoguera en el jardín para encontrarnos con este elemento. Si no es así, también nos pueden valer las velas o una chimenea. Podemos sentarnos en silencio junto al agua, al lado de un arroyo, un mar, un río o un lago, para sintonizarnos con su energía, sentirnos uno con ella y recibir su sanación. Incluso si no podemos abandonar nuestra casa, podemos, por ejemplo, fundirnos con el viento colocándonos delante de un ventilador o junto a una ventana abierta.

Cuando nos sintonizamos con la naturaleza y nos fundimos con los elementos, la vida se vuelve más

dinámica e íntima. Experimentar nuestra unicidad sana nuestro cuerpo, expande nuestra consciencia y nos ofrece una forma fresca de contemplar el mundo y a nosotros mismos. Estas formas, estas nuevas percepciones, serán únicas para cada uno de nosotros.

Los elementos están siempre disponibles, estemos donde estemos. Puede resultar más fácil sentir nuestra unicidad directamente con la naturaleza, pero fundirse con los elementos del estado de viaje es igual de válido. Sólo necesitamos abrirnos a ellos con gratitud y reverencia para dar rienda suelta a su magia y su poder. Y como los elementos se entregan a nosotros con tanta

generosidad, empecemos a comprender nuestra profunda responsabilidad como administradores de la tierra, tal y como hicieron nuestros antepasados chamánicos hace siglos.

La comunicación con los elementos

Cuando nos sentimos conectados y hemos experimentado nuestra unicidad con los elementos, podemos comunicarnos activamente con la piedra, el árbol, las estrellas o cualquier otra entidad y preguntarles acerca de cualquier cualidad física o espiritual concreta que nos pueda ayudar. Lo hacemos de forma parecida, pero en el espacio del viaje. De nuevo el primer paso consiste en abrirse, relajar la mente, el cuerpo y las emociones y sentir nuestra gratitud. Cuando estamos en armonía con el elemento que estamos sintiendo, enfocamos nuestra atención

sobre la piedra, el árbol, la estrella o lo que sea. Dedicamos un tiempo a abrirnos a la comunicación que pueda producirse de cualquier manera: a través de la visión, el conocimiento, las sensaciones, las palabras, los símbolos, el color o la emoción. Los elementos se comunican con nosotros de miles de formas dependiendo de las circunstancias y la orientación personal, por lo que es fundamental tener paciencia y sintonizarse con la sutileza. Pronto seremos capaces de percibir qué cualidades específicas nos sugiere el elemento que aportemos a nuestra vida para que nos ayude en nuestro viaje de sanación.

Reconocemos que la vida no es sencilla y que es importante que sepamos que aquello con lo que las personas vuelven de estos viajes no resulta siempre fácil de controlar. Esto no constituye ningún problema, sino sólo una oportunidad para confiar en esa voz interior, la tuya, el susurro del espíritu, de manera que aquello que tenemos que decir acuda a nosotros de forma natural y nosotros resultemos útiles a las demás personas.

Por ejemplo, las cualidades que se revelan cuando se viaja por las montañas pueden ser: volcánico, alto, majestuoso, permanente, destructivo, inmutable y tenaz. Es importante que ni

los clientes ni los sanadores juzguen las cualidades que perciben. Las erupciones volcánicas como la del monte Santa Elena pueden destruir por completo todo lo que encuentran a su paso, una muestra de fuerza que le está diciendo a todo el mundo que nada puede resistirse al poder de la naturaleza. Sin embargo, ya ha regresado la vida vegetal y animal plena y rica a la montaña porque, después de todo, la destrucción es una cualidad intrínseca de los volcanes y la naturaleza, todo dentro del ciclo de muerte que da paso a una vida nueva. En la naturaleza no existen características buenas ni malas, simplemente lo que es. Todo forma parte del conjunto. Estas características tampoco son buenas ni

malas para nosotros, sino que pueden beneficiarnos cuando las aplicamos de forma consciente. La destrucción, por ejemplo, puede constituir una energía importante, justo la adecuada para romper los patrones obstinados habituales.

Sean cuales fueren los atributos a los que accedan las personas durante sus viajes a los elementos, pueden interpretarse de muchas formas y quizá a tus clientes les resulte útil explorarlos contigo para aplicar estos atributos en su propio beneficio. Cuando la gente se compromete con el cambio, suele interpretar su viaje de una forma que haga avanzar su sanación y reduzca su

comportamiento destructivo, lo contrario de reforzar los antiguos patrones negativos. El cliente que tiene un temperamento vivo y se deja llevar por la ira cuando está al volante, por ejemplo, primero debe observar lo que siente y luego decidirse a recabar la ayuda de los elementos. Quizá piense en un arroyo rápido cuyas cualidades refrescantes enfrían su ira y pida su energía para ayudar a que la furia fluya a través de él y salga como llevada por el veloz curso del arroyo. Una persona que permite que las demás la controlen puede comprometerse con observar cuándo está a punto de rendirse a unas exigencias que no son las más apropiadas para ella simplemente

porque es lo que siempre ha hecho. Cuando adquiere este compromiso puede acudir a las cualidades más evocadoras del agua para comportarse de un modo más receptivo. Invocar a las mareas o a las rompientes puede arrastrar de forma expeditiva las dudas e imbuirle del poder de afrontar los desafíos que surjan cuando adopte una postura nueva.

No te sientas decepcionado si no se produce con tanta facilidad, pues rara vez lo hace. Sin embargo, establecer una relación personal con el espíritu de los elementos abre la puerta a miles de atributos a los que podemos recurrir para cambiar nuestros patrones

habituales.

Si nuestros clientes no pueden caminar por la naturaleza, ni siquiera en un parque, para establecer una conexión con los elementos, pueden quedarse tranquilamente sentados en su casa. Pueden coger una piedra o un palo, meter las manos en un cuenco de sal marina, contemplar una fotografía de una montaña o una pradera, tocar u oler la tierra de una maceta, un tallo o una flor, mirar por la ventana para ver los árboles o el cielo, o sencillamente cerrar los ojos y viajar con la memoria a su lugar favorito de la naturaleza o permitir que su imaginación les lleve a donde desee. A partir de ese punto

empieza el viaje, y lo que venga con él será igual de válido. Como ya hemos mencionado anteriormente, también puedes guiar a tu gente a que viaje a los elementos durante su sesión de reiki chamánico. O puedes salir al exterior con ellos para introducir estos planteamientos si tu espacio de sanación es rural (y también puedes hacerlo en la ciudad).

Sea como fuere donde empecéis tus clientes o tú, es importante viajar a cada elemento varias veces y preguntarle acerca de sus atributos útiles. Una vez más, estos atributos pueden tener doble filo. Sin embargo, la sanación avanza con más rapidez cuando utilizamos la

ayuda de nuestros aliados chamánicos, y podemos confiar en que todo aquello que nos muestren los elementos será una característica útil, que probablemente podremos utilizar mucho. No hace falta ninguna otra dirección. Por tanto, tu relación será conformada por las cualidades que posea la naturaleza allí donde vives, a donde viajes y a través de lo que revele tu imaginación.

El empoderamiento y la transmutación mediante el fuego

El fuego focaliza y activa las intenciones superiores, purifica el campo de energía y es el transformador principal que los pueblos indígenas llevan milenios empleando para cambiar la forma de la materia. El fuego puede quemar los obstáculos y los patrones no saludables y hacer brillar la luz sobre nuestros deseos más profundos para darles poder. Ya hemos mencionado que las sesiones más largas ofrecen mayores oportunidades de empoderar a los clientes cuando abandonan nuestro espacio de sanación. La *Purificación con los elementos* y llevar a las

personas a un viaje o directamente a la naturaleza para que se conecten con los elementos son dos formas de ampliar una sesión de sanación y convertirla en un retiro empoderador. Otra forma es *El empoderamiento y la transmutación mediante el fuego*. Todas ellas son prácticas que el cliente puede continuar mucho después de volver a casa. Puedes incorporar este ejercicio a tu bagaje curativo o efectuar cualquier cambio o ampliación que te sientas inspirado a hacer. También puedes decidir utilizar el resto de elementos, en lugar del fuego, de una forma parecida.

Si invitamos a nuestros clientes a la *Purificación con los elementos* cuando

están sentados en meditación con nosotros, terminaremos ese ejercicio antes de iniciar la práctica que presentamos en esta sección. A continuación, para empezar pedimos a nuestros clientes que analicen unas cuantas cosas como, por ejemplo, cuál es su deseo más ardiente para sí mismos y qué es lo que aspiran ser. Les preguntamos si son conscientes de lo que desean cambiar, a qué desean dar poder en sus vidas y qué es lo que anhelan su corazón y su alma.

Una vez que los clientes han disfrutado de unos momentos de silencio para reflexionar sobre estas cuestiones, les invitamos a sostener una vela blanca

apagada mientras cierran los ojos y se conectan en el espacio de viaje con el elemento fuego que representa la vela. Esta conexión es auxiliada por su experiencia del fuego en la *Purificación con los elementos*, aunque en este caso no les estamos invitando a viajar con el fuego o hacia él, sino simplemente a sentir su conexión con el poder de este elemento de cualquier forma que llegue a ellos.

Cuando se establece esta conexión les invitamos a una segunda meditación, más focalizada, sobre los deseos sobre los que acaban de reflexionar. En primer lugar deben ver estos objetivos con claridad mientras sienten en su cuerpo

como si fuesen ciertos en su vida en ese instante. ¿Cómo se sentirían si esas aspiraciones fuesen reales en ese momento? Les pedimos que conviertan esta experiencia en algo tan real como les sea posible. Mientras lo hacen, les animamos también a expresar estas aspiraciones en voz alta si se sienten inclinados a hacerlo. Nosotros, como practicantes y testigos sagrados, mantenemos un espacio amoroso e incondicional. También les invitamos a decir en alto cualquier cosa que llegue a su conciencia y que comprueben que puede estar impidiéndoles alcanzar sus deseos.

A continuación les pedimos que

soplen o hagan *camay* con sus deseos tres veces hacia la vela blanca apagada hasta que realmente sientan lo que desean conseguir en su vida, infundiendo y mezclando estas intenciones con la energía transmutadora del fuego. Como ya mencionamos en el capítulo 4, los chamanes de todo el mundo hacen *camay*, soplan con el aliento del espíritu. El *camay*, un concepto quechua, transmite de forma consciente la energía espiritual dirigida. Es el mismo acto que emplea un maestro de reiki cuando sopla los símbolos reiki sobre el campo de energía de una persona que está siendo iniciada.

A continuación colocamos la vela

apagada bajo la camilla de reiki chamánico y la dejamos allí durante toda la sesión, explicando a nuestros clientes que su intención y aquello que han expresado, sentido e infundido al elemento fuego (el potencial que representa la vela apagada) se verá reforzado durante ese tiempo.

Pediremos a nuestros clientes que, cuando regresen a su casa, enciendan la vela por primera vez y mediten sentados delante de la llama. Deberán hacer meditaciones similares ante la vela encendida durante tres noches seguidas. Las dos primeras deben pedir al fuego que les ayude a centrarse en lo que desean aportar a sus vidas. Una vez más

deben sentir esos deseos en su cuerpo, sus emociones y sus mentes como si ya fueran una realidad. A continuación deberán soplar o despabilar la vela para apagarla. La tercera noche pedirán al fuego que les ayude a ver lo que deben atraer, lo que necesitan conseguir o llevar a sus vidas de forma concreta para hacer realidad esos deseos. El fuego puede también mostrarles lo que tienen que cambiar, aquello que deben dejar ir o sobre lo que tienen que actuar para conseguir sus objetivos y convertirse en las personas que desean ser. Cuando realizan esto la tercera noche le piden al fuego que fortalezca en su interior el poder de transmutar sus vidas mientras dejan que la vela arda

hasta consumirse. Durante este tiempo, mientras la vela está ardiendo, es cuando las personas pueden dar fuerza a su compromiso para sanar y actuar sobre la información que han recibido de los elementos. Pueden verse a sí mismos haciéndolo durante las siguientes semanas, meses y años para crear la vida que desean vivir. Si fuera posible, también les sugerimos que realicen una ofrenda sencilla de pan, tabaco suelto o pétalos de flor a la tierra y al elemento fuego en gratitud por lo que han recibido. Te invitamos a ti también a que hagas lo mismo.

Cuando una persona busca la ayuda del espíritu, puede aprender a ayudarse

a sí misma de formas sutiles pero profundas, como purificándose o fundiéndose con el poder de los elementos para encontrar orientación, sanación y fuerza y para acceder a las cualidades de los elementos de manera que puedan servirle en cualquier momento de necesidad o para dar fuerza a nuevos objetivos y direcciones en la vida. Invocar la sabiduría de los elementos es un acto empoderador que refleja la responsabilidad personal y la disposición al cambio. Aparte de esto, lo único que se exige es un corazón abierto, y los elementos siempre responderán.

CAPÍTULO 6

CAMBIAR LA ENERGÍA DE ACONTECIMIENTOS PASADOS

En las esferas chamánicas el tiempo no existe tal y como lo experimentamos en nuestra realidad. Nosotros lo consideramos como algo lineal en el que cualquier momento dado ocupa un lugar fijo en un continuo temporal que empezó en un pasado definido, ha avanzado hasta el presente y se impulsará hacia lo

que percibimos como el futuro. Desde una perspectiva lineal resulta lógico creer que, cuando algo ha sucedido, su lugar en el continuo temporal ha quedado fijado para siempre. Sin embargo, ¿alguna vez has deseado poder retroceder en el tiempo para cambiar algo que hiciste o borrar algo que dijiste? ¿Y alguna vez has deseado que un acontecimiento pasado que aún te afecta en la actualidad no hubiera sucedido jamás?

Desde un punto de referencia lineal, desear este tipo de cosas es una fantasía. Sin embargo, en la realidad chamánica no sucede exactamente lo mismo. Como los chamanes consideran el tiempo de

forma distinta, pueden viajar a un acontecimiento pasado que aún tiene efectos en el presente y ayudar a soltar los vínculos energéticos de este periodo de tiempo. También los clientes pueden embarcarse en un empoderador viaje de sanación por sí solos si sienten que eso les da más garantías de conseguirlo. Cualquiera que sea la forma en la que cambiemos nuestra conexión con acontecimientos pasados, al volver a la realidad ordinaria los sucesos seguirán habiendo ocurrido. Sin embargo, se pueden alterar su energía y las asociaciones establecidas con ellos.

En el capítulo 3 describimos el concepto de los vínculos energéticos y

la forma de eliminarlos. Los vínculos no saludables que ligan a las personas permanecen con ellas hasta que la resonancia mutua que los mantiene en su sitio cambia, ya sea por actuar y responder de forma diferente o por eliminarla por medios chamánicos. Las cuerdas energéticas trascienden al tiempo y al espacio. Con independencia del lugar en el que se originaron o de si la persona con la que se crearon está viva o muerta, en la misma ciudad o en el otro extremo del mundo, los vínculos energéticos siguen afectando a aquellos a los que están enganchados.

De forma parecida, cuando algo nos produce un impacto podemos quedarnos

apegados a ello a través de las reacciones emocionales que nos provoca. Si se dan unas circunstancias parecidas, pueden dispararse respuestas emocionales pasadas. Una persona que fue mordida por un perro siendo niño puede, de adulto, sentirse incómodo si está cerca de estos animales. Probablemente esto no suponga ningún problema para la mayoría de la gente. Sin embargo, si las circunstancias exigen estar cerca de ellos (por el trabajo, una relación nueva con una persona que posee uno o la afición a caminar o correr que obliga a pasar junto a los perros de la vecindad, por ejemplo), una aversión benigna puede convertirse en un problema grave.

Somos incapaces de regresar al pasado para impedir que el niño sea mordido, pero el reiki chamánico puede ayudarnos a liberar la constricción provocada por acontecimientos antiguos.

Concepto

Al regresar a un acontecimiento pasado podemos variar la energía asociada a él. Eso nos ayuda a responder de una forma más empoderadora cuando en el presente se producen acontecimientos similares. Una persona que desea superar el miedo a los perros suele hacerlo exclusivamente en el presente, olvidando que el miedo se cargó en el pasado. Podemos solucionar el problema en el presente tratando el comportamiento actual o resolver sus raíces por medios chamánicos. Igual que podemos enviar energía reiki al pasado o al futuro a través de la intención y

utilizando unos símbolos que sobrepasan el tiempo y el espacio, la energía creada por las personas y las circunstancias trasciende las fronteras lineales. Retrocediendo en el tiempo podemos desconectar la energía, no sólo en el presente donde sentimos y observamos sus efectos, sino desde el pasado que la alimenta. De esta forma no sólo se acaba con la energía en las circunstancias actuales, sino que se detiene en su origen.

Siguiendo con el ejemplo anterior, eso no significaría que una persona con miedo a los perros vaya a ir a comprarse uno. Sin embargo, si se desconecta la energía pasada y se libera

el trauma energético que le produjo haber sido mordida, no lo pasará tan mal cuando se encuentre cerca de ellos. En el capítulo anterior mencionamos que el cambio puede a veces producirse inmediatamente y con gran facilidad. También hicimos hincapié en que, en la mayoría de los casos, exige un cierto tiempo y esfuerzo y un deseo sincero de hacer que las cosas sean diferentes. Con estas premisas, los enfoques chamánicos ofrecen formas expeditivas para que las personas puedan hacer frente a asuntos que las limitan.

Preparación para viajar al pasado

Es imposible cubrir los cientos de razones por las que una persona podría viajar al pasado para cambiar la energía que le afecta. Los practicantes de reiki chamánico siguen su intuición a la hora de decidir cuándo, con qué clientes y en qué circunstancias resulta más útil hacerlo.

Cambiar la carga energética del pasado exige una preparación antes de que empiece la parte de imposición de manos de la sesión de reiki chamánico. Esta es otra de las razones por las que una sesión más larga ofrece unas oportunidades óptimas de sanación. Si

se observa alguna indicación de que el pasado de una persona puede estar entorpeciendo una expresión más saludable, explicaremos el concepto del cambio de vínculos energéticos para obtener una sanación más rápida y suave. Examinaremos si la persona está interesada, preparada y comprometida con dejar pasar lo que la está reteniendo. Cuanto más traumático fuera el acontecimiento, más difícil será el viaje y más preparación y trabajo posterior se necesitarán.

Tendremos que conocer la percepción de nuestro cliente acerca del acontecimiento y dónde sucedió. Los practicantes de reiki de segundo nivel o

superiores podrán enviar energía reiki a esa época para ayudar a cambiar la energía. Un practicante de primer nivel sencillamente colocará sus manos reiki sobre el corazón y la frente del cliente. El reiki apoya a la persona, sea cual fuere la forma en la que su yo superior dirige y envía energía de sanación al acontecimiento hacia el que está viajando.

Tienes plena libertad para cambiar el formato que te presentamos para adaptarlo a tu situación y a tu cliente. Antes de la fase de imposición de manos pedimos a la persona que imagine que viaja hacia el pasado, al momento y lugar en el que tuvo lugar el suceso. El

objetivo es que se convierta en un testigo desde arriba, igual que sobrevoló su cuerpo cuando buscaba vínculos energéticos. Aunque pueda parecer muy difícil, por muy traumático que fuera el acontecimiento, la persona debe mantenerse despegada, como un espectador ante lo que está sucediendo. El proceso emocional no es el objetivo de esta práctica. Si tu cliente o tú pensáis que puede resultarle demasiado difícil, ofrécele en su lugar viajar al momento inmediatamente posterior al suceso.

DIALOGAR CON EL YO PASADO

Anteriormente hablamos de cómo los clientes eliminan los vínculos comunicándose con el yo superior de la persona que los enganchó. El siguiente paso que sugerimos a aquellos con los que trabajamos es similar. Les invitamos a dialogar con su yo pasado justo después de que se produjera el acontecimiento. En esta comunicación nuestros clientes se presentan a sí mismos. Esta conversación imaginaria tiene lugar en silencio, como si fuera un encuentro de mentes entre dos personas que están separadas entre sí. En esencia, son dos personas en una. Una es la que está tumbada en la camilla ante nosotros,

y la otra es ella misma en el pasado, experimentando el acontecimiento pasado. La persona del pasado no tendrá ni idea de quién es el cliente del presente ni de por qué ha aparecido de forma súbita. La persona con la que estamos trabajando debe explicar a su yo anterior quién es y que ha venido desde una época futura para ayudarle a superar el vínculo energético asociado con el acontecimiento.

La diferencia principal entre ambas personas es que la que está fija en el pasado está mirando hacia un futuro que puede parecerle sombrío debido a lo que acaba de suceder. La otra, el cliente tumbado en la camilla, está

vislumbrando el pasado y cómo la vida ha evolucionado desde entonces. Como el primero utiliza la vista hacia delante para adivinar un futuro muy teñido por la experiencia inmediata, percibirá lo que va a suceder a través del cristal de una circunstancia dolorosa. El segundo utiliza la vista hacia atrás porque sabe cómo continuó la vida después del trauma.

También pedimos a los clientes que verbalicen en silencio en el transcurso de su viaje hacia su yo pasado por qué es importante para ambos sanar ese momento inmediatamente posterior al acontecimiento. Utilizando el ejemplo anterior de la persona mordida por el

perro, esta describirá el futuro a su yo pasado. Puede consolar a ese aspecto de sí mismo y hacer hincapié en las cosas positivas y saludables que sucederán cuando supere este momento doloroso.

Los clientes comienzan expresando el motivo de su viaje: «A partir de hoy, a menos que cambie la forma en la que me siento, siempre tendré miedo a los perros». Resulta entonces útil mencionar cualquier cosa buena que haya sucedido desde aquel lejano día: «Sin embargo, dentro de quince años descubriremos un trabajo nuevo y maravilloso», «Conoceremos a la persona a la que hemos estado buscando». (Explicará las razones por las que desea superar su

miedo a los perros en ese momento futuro): «Sin embargo, tendremos dudas acerca de esa relación porque la persona en la que estamos interesados poseerá y amará a varios perros y todavía tendremos miedo de ellos». Animamos a las personas a que utilicen el pronombre *nosotros* para recordar que la conversación se produce entre dos aspectos de sí mismas. El objetivo es que tanto el yo pasado como el presente observen lo sucedido en el pasado como un acontecimiento a partir del cual pueden avanzar para vivir un presente más saludable. Avanzar no minimiza el impacto de lo sucedido. Más bien, este ejercicio ayuda a las personas a liberar aquella parte de sí

mismas que sigue apegada a la energía pasada. El perro atacó al niño, el marido o la mujer murieron en el accidente de coche, el fuego destruyó la casa y el cliente lo perdió todo. Son cosas terribles. Sin embargo, además de cualquier trabajo que hayan realizado para experimentar, procesar y eliminar el dolor de esos acontecimientos, resulta útil obtener una perspectiva orientada en el tiempo. De esta forma los clientes ven a qué siguen aferrándose, lo que los está reteniendo.

Lo más importante que el yo presente intenta mostrar al yo pasado es que, aunque terrible, el acontecimiento ha sido uno más de los muchos que se

producen en la vida y que el futuro irá hacia mejor. El yo presente que habla al yo pasado lo sabe. En algún momento volverán a reír y a disfrutar de la vida una vez más. Van a sobrevivir a lo sucedido, el mundo no se ha ter-

MÁS COSAS ACERCA DE CAMBIAR EL PASADO

La persona del pasado es la fuente de energía enganchada a la persona del presente. De esa energía surgen las respuestas limitadoras asociadas con el acontecimiento, como un miedo continuado a los perros. Al aliviar la claustrofobia que producen las experiencias pasadas, la persona del presente es capaz de ver con una perspectiva mayor y hacia el futuro. Comprende que, a menos que se libere el vínculo, su energía puede limitarle siempre. De forma ideal, deseará fervientemente ayudar a su yo pasado a soltar el vínculo energético con el

acontecimiento, dado que está sucediéndole a él.

Conseguir que el yo pasado reduzca la ansiedad asociada con el suceso no es lo mismo que ir al hospital y decirle a la víctima de un accidente de coche que acaba de perder a su mujer que todo va a ir de maravilla. Sin embargo, al cabo de diez años el esposo se habrá vuelto a casar y, al seguir con su vida descubrirá que se está reteniendo de entregarse por completo a su nueva compañera. Mediante el viaje chamánico puede regresar al tiempo en que estuvo en el hospital y decirle a su yo más joven que la vida va a continuar. Le expresa que volverá a ser feliz y que ha llegado el

momento de que el yo pasado suelte el vínculo con el suceso, incluso aunque para el yo pasado este suceso acabe de acontecer. En el espacio del viaje chamánico el trauma del accidente se suavizará porque el hombre del pasado que está tumbado en la camilla sabe que hay más cosas por las que vivir. El hombre del presente sabrá lo que es verdad porque para él ese futuro ya ha sucedido.

Por seguir utilizando algunos de los ejemplos citados, los clientes pueden sentirse ahora más cómodos con los perros o te-

QUÉ HACER EN LA SESIÓN

Tras prepararte de la forma descrita, empieza a canalizar reiki como en cualquier sesión de reiki chamánico. Descansa las manos sobre la persona, ábrete y relájate con la intención de hacer que la fuerza de la energía vital fluya a través de ti hacia tu cliente. Cuando la persona parezca estar completamente relajada susúrrale que es un momento adecuado para emprender el viaje imaginario al pasado, del cual ya habéis hablado. A menos que te sientas guiado a hacer otra cosa, continúa descansando las manos con suavidad en el mismo lugar del cuerpo. Además de enviar reiki, nuestro contacto apoya y

ayuda a los clientes a sentirse más enraizados, en especial cuando tienen que realizar un viaje difícil.

Los practicantes que hayan superado el primer nivel de reiki pueden invocar el símbolo de la sanación a larga distancia y enviar reiki al pasado. Pueden hacerlo al cliente del pasado justo cuando sucedió el acontecimiento para disminuir los efectos traumáticos. Los clientes recibirán esta energía en el presente, lo que les ayudará a relajarse y abrirse al viaje, así como en el pasado, y eso les servirá de apoyo mientras el suceso está teniendo lugar. Un practicante de primer nivel puede sencillamente colocar una mano cerca

del corazón del cliente y la otra en su frente o confirmar lo que a este le resulta cómodo.

Si la persona con la que estás trabajando está abierta a hablar durante su viaje imaginario en el tiempo, puede mantenerte al tanto de lo que está sucediendo. Tú puedes ofrecerle palabras amables de ánimo, sugerencias para mantener tranquilo al yo pasado y ayudarle a concluir el viaje con éxito. Puedes dirigir reiki hacia atrás en el tiempo siguiendo las directrices del cliente con respecto a lo que está sucediendo. Si la persona te dice que el niño está llorando porque el perro acaba de morderle la pierna, puedes sentirte

guiado a colocar tus manos de reiki sobre la pierna de tu cliente. Con ello, puedes intentar que la energía viaje hasta la pierna de la persona del pasado.

Cuando el cliente indica que ha terminado el viaje, continuamos enviando reiki a su corazón durante unos momentos o a cualquier punto hacia el que nos sintamos inclinados. Si ha derramado alguna lágrima podemos secarle la cara con un pañuelo y luego colocar nuestras manos sobre sus mejillas para enviar reiki ahí también. Sigue lo que te indique tu corazón y deja que tu intuición te guíe. Lo más importante es ser amable y comprensivo. Además de canalizar energía, si

enviamos amor, calor y bienestar favorecemos una serena transición de vuelta al momento presente. Susurramos al cliente para hacerle saber que, a su propio ritmo, debe regresar despacio a la habitación. Una vez haya vuelto del todo, puede abrir los ojos cuando sienta que está listo para hacerlo. Establecemos contacto ocular y hablamos con él unos momentos para asegurarnos de que está plenamente presente. A continuación le pedimos que vuelva a cerrar los ojos para continuar con la sesión de reiki.

CÓMO TERMINAR LA SESIÓN

Es importante disponer de tiempo suficiente al final de este tipo de sesiones para que los clientes puedan compartir su viaje con nosotros. Puede que te pida algunas indicaciones relativas a cómo debe seguir avanzando a partir de ese momento. Basándote en el viaje que le hayas ayudado a realizar, lo que habléis una vez terminada la parte de imposición de manos de la sesión y las percepciones intuitivas que hayas obtenido en el proceso, tendrás algo útil que ofrecerle.

También resulta valioso recordar que algunas personas no están

acostumbradas a dedicar un tiempo y un espacio adecuados para permitir que las experiencias y emociones se asienten. En este caso invitamos al cliente a sentarse con nosotros en silencio durante un rato antes de hablar para que pueda conectarse con toda la textura de lo que le ha sucedido. ¿Qué sensaciones percibe en su cuerpo, qué emociones están brotando, cuál es su estado mental? Le pedimos que realice unas cuantas respiraciones profundas y purificadoras y que simplemente *permanezca* con lo que está experimentando durante unos minutos. Le sugerimos que no se apresure a dar respuestas, soluciones y planes de acción, sino que permita que antes el

poder del viaje se filtre y tamice por él. Si se le concede un cierto tiempo y espacio, la experiencia se integra de la forma apropiada para cada persona. Los siguientes días ofrecen un tiempo enriquecedor en el que pueden surgir percepciones adicionales o pueden producirse purificaciones emocionales o físicas. Para apoyar estas oportunidades recordamos al cliente que debe beber gran cantidad de agua pura y fresca, ingerir alimentos saludables y dedicar un tiempo a reflexionar. Puede escribir un diario, prestar atención a sueños y sincronismos y observar cómo se siente en los días siguientes a la sesión.

Puede que los clientes necesiten más

tiempo para sentirse enraizados antes de abandonar tu espacio de sanación. Haz que beban un vaso de agua asegurándote de que establecen contacto visual y sugiéreles que den un paseo antes de coger el coche para volver a casa, formas todas ellas adecuadas de ayudarles a sincronizar. Es conveniente terminar cualquier sesión de este modo, y de forma muy especial cuando se realiza un trabajo más profundo. Puede ser útil planificar otra sesión al cabo de unos días y es importante que los clientes sepan que pueden ponerse en contacto contigo si lo necesitan. Asegúrate de que cuentan con una red de apoyo de amigos y familiares a los que llamar en caso necesario y, si te da la

impresión de que van a necesitar mucho apoyo, llámales por teléfono esa misma noche. Todo depende de la naturaleza del acontecimiento y de lo rápido que la persona integre el trabajo. El reiki chamánico combina la canalización de la energía reiki con el viaje al yo pasado, por lo que lo normal es que se produzca una integración rápida y suave.

El suceso no tiene por qué ser muy importante para resultar traumático. Un buen ejemplo de esto es la persona que, siendo adolescente, se sintió traumatizada en un baile cuando otros chicos se burlaron de ella. Aunque un suceso así no puede pretender tener la misma importancia que la muerte de un

progenitor o de la pareja, y muchos de nosotros no consideraríamos que sus efectos pudieran ser duraderos, jamás reaparecería si no constituyera una fuente de angustia. Con independencia de cómo percibimos la intensidad de la situación, el procedimiento para regresar al pasado es el mismo. De todas formas, en situaciones menos graves puede que no se necesite un seguimiento ni planificar sesiones posteriores. También resulta útil saber que cambiar la energía de incidentes aislados del pasado puede tener un efecto positivo en otras situaciones similares a las que la persona no haya regresado. Por ello, cambiar la vergüenza que se sintió al ser

ridiculizado en un baile puede tener unos efectos más amplios; puede ayudar a la persona a dejar marchar otros asuntos más generalizados de autoestima.

PENSAMIENTOS FINALES A TENER EN CUENTA

La primera vez que pienses en intentar esta práctica quizá dudes de su eficacia. Confía en tus instintos y en lo que surja al hablar con tu cliente. Confía en tu intuición y sigue lo que te dicte el corazón. Recuerda que tu mensaje al espíritu, tu intención, es hacer lo que sea necesario para el mayor bien de la persona con la que estás trabajando. Con eso como prioridad, si confías en ti mismo en relación con las necesidades, inclinaciones y circunstancias de tu cliente, es imposible que sigas un camino equivocado.

También resulta indicado mantenerse abierto por si al cliente le ocurriera algo inesperado en su viaje al pasado. A estas alturas ya debes haberte dado cuenta de que el espíritu tiene su propia planificación. Cuando se hace un viaje a un suceso antiguo, puede que el espíritu aparezca de repente en escena para ayudar a liberar un vínculo limitador con el pasado. No resulta raro, por ejemplo, que la persona del presente observe a un guía espiritual o un ángel consolando a su yo pasado en el escenario de la tragedia, a pesar de que eso no sea algo que recuerden haber experimentado en aquel momento. Normalmente, aunque no siempre, el

tipo de guía que aparece coincide con la orientación espiritual de la persona.

Tener la intención clara de eliminar la carga de un acontecimiento envía una llamada al espíritu. Este te responderá y te convencerá de que en aquel momento fue un agente activo. La aparición de estas presencias espirituales resulta consoladora y puede transformar la relación de una persona con lo sucedido. El amor y el apoyo que percibe de estos seres a menudo permanecen con ella mucho después de regresar al presente. Es reconfortante y puede transformar nuestra percepción y experiencia de lo que nos sucede, nos hace darnos cuenta de que, en medio de unas circunstancias

dolorosas, el espíritu estuvo allí con nosotros.

Cuando vayas a realizar un *Cambio del pasado* con tus clientes, no olvides la noción de las pruebas chamánicas del capítulo anterior. Ocurren muchas cosas sobre las que no tenemos ningún control ni aviso previo. Algunas de estas situaciones son realmente lo que consideraríamos tragedias. No resulta saludable filosofar acerca de lecciones u oportunidades de crecimiento si estamos pasando por alto los sentimientos asociados con circunstancias dolorosas o saltando demasiado rápido al siguiente punto. Ser una persona exige que aceptemos y

experimentemos un abanico completo de emociones y sintamos todo lo que estemos sintiendo en cada momento. Muchas veces es sólo así como podemos avanzar a partir de circunstancias difíciles. Sin embargo, cuando viajamos al pasado y cuando nuestro yo presente obtiene una perspectiva desde el pasado al presente, resulta empoderador admitir cualquier fortaleza o lección que obtengamos de la calamidad.

El toque de despertador para los acontecimientos difíciles nos presenta a menudo enseñanzas muy poderosas. El incendio de la fábrica Triangle Shirtwaist, que tuvo lugar en la ciudad

de Nueva York en marzo de 1911, costó la vida de 146 personas. Debido a esas muertes, no sólo fueron las autoridades de la ciudad las que se dieron cuenta de que la falta de normas para casos de incendio en fábricas de mucha altura contribuía al número de fallecimientos, sino que también lo hicieron los gobiernos municipales de todo Estados Unidos. En un tiempo relativamente corto la ciudad de Nueva York aprobó nuevas normas de seguridad, edificación y contraincendios para impedir que pudieran reproducirse desastres semejantes. Otras ciudades también hicieron lo mismo. Es imposible saber cuántas vidas se salvaron en todo el país gracias a las nuevas leyes y

reglamentaciones. Resulta fácil para nosotros, como sociedad, contemplar una tragedia en la que no nos vimos implicados personalmente y aprender de la experiencia. Sin embargo, este ejemplo muestra cómo podemos honrar, y crecer a partir de ello, todo lo que se ha perdido o sufrido.

Resulta incluso más difícil contemplar las tragedias personales que afectan a nuestra misma existencia y aprender de ellas. Sin embargo, no es infrecuente que las personas vuelvan la vista atrás y sientan gratitud por lo que les ha llegado a través de circunstancias difíciles o que incluso pusieron en riesgo su vida. Probablemente todos

conozcamos a alguien que ha tenido que luchar contra algún tipo de cáncer, tan común en la sociedad moderna. Sobrevivir a este toque de despertador puede espolear a las personas a disfrutar de la vida como nunca soñaron antes de la enfermedad. Sea cual fuere la prueba, cada suceso de la vida lleva consigo su propia oportunidad y exige nuestra participación plena. Ninguno de nosotros desea la desgracia, pero aquello a lo que sobrevivimos y con lo que luchamos puede en último término hacernos más fuertes, más felices y más conectados con el espíritu.

Aunque no se den cuenta de ello, muchas personas no viven en el

presente, sino en el pasado. No se puede uno implicar plenamente con la vida ni soñar con un futuro mejor si nuestra experiencia está arraigada en esa época. Para la persona que tiene miedo a los perros, desde que fue mordido no ha existido esencialmente jamás un presente, sino sólo un pasado en lo relativo a ellos. Ayer tenía miedo a los perros. Hoy tiene miedo a los perros. Mañana tendrán…, ya te haces una idea. Mañana será un espejo de ayer, lo que significa que hoy no llegará jamás. Para vivir en el presente tenemos que hacernos conscientes de quiénes somos y de lo que estamos haciendo. Al reconocer que respondemos por la fuerza de la costumbre a algo que

sucedió hace mucho tiempo, podemos decidir cambiar. Como todos los cambios proceden de nuestro interior, podemos sugerir cientos de cosas para ayudar a otra persona, pero esta debe desear ayudarse a sí misma.

Vivir en el presente, aquí y ahora, nos ayuda a participar en el mundo vivo que nos rodea y a sintonizar nuestra vida mientras esta se va desenvolviendo. Lo asimilamos a hacer una respiración plena enraizada en el aquí y el ahora. Esta respiración presente está inherentemente tejida con los ricos tapices de la experiencia pasada, un futuro vasto y abierto y montones de hilos sutiles entre medias que le aportan

belleza, profundidad y textura. Y lo más importante, esta respiración no está atascada en respuestas o patrones emocionales constrictivos determinados por lo que sucedió hace mucho tiempo. La mujer que describíamos en el capítulo 2 le chilló a su profesor de chi-gong, pero no se dio cuenta de que, con ello, en realidad estaba gritándole a una persona de su pasado. En cuanto fue consciente de ello empezó a trabajar sobre el tema y su sanación progresó a pasos agigantados.

Tras discutir estas ideas con tus clientes, tanto ellos como tú podéis percibir la sensación de que algo de su pasado está reteniéndoles. Eso ayudará

a determinar si deseas probar este ejercicio, el que analizaremos en el capítulo 8, *Prevenir la pérdida del alma*, o ambos.

CAPÍTULO 7

CAMBIOS DE FORMA, SÍMBOLOS Y GUÍAS CHAMÁNICOS DEL REIKI

Aunque no pretendemos provocar una controversia, sí reconocemos que una parte de lo que hemos escrito podría dar lugar a un vivo debate en las comunidades de reiki y sanación chamánica, sobre todo entre los

practicantes de reiki con una formación chamánica y que aceptan estos enfoques y los más tradicionales que no lo hacen, aunque quizá encontraríamos unos debates igual de enriquecedores entre los practicantes chamánicos con una formación más sistematizada y los que carecen de ella. Airear opiniones diferentes resulta saludable y debemos estimularlo, y cuando accedemos a este tipo de deliberaciones con el corazón y la mente abiertos, nuestras diferencias pueden unirnos en lugar de separarnos.

Creemos que tanto el chamanismo como el reiki son entidades vivas, en cambio constante, impulsadas desde la compasión para adaptarse a las

necesidades y al tiempo de las gentes de su época y a todos los seres 'sintientes'. Y aunque los sistemas excesivamente rígidos tienden a no durar, respetamos el importante papel que desempeñan los enfoques más conservadores. Tanto el chamanismo como el reiki gozan de una aceptación creciente en Norteamérica, por ejemplo, debido en gran parte a la influencia de las escuelas tradicionales y normalizadas. Al mismo tiempo, los mayores visionarios de la historia viven, piensan y actúan fuera de parva, incluso cuando esa parva ya está de por sí apartada de la corriente principal. Los chamanes más potentes que hemos conocido en Siberia y en otras localidades nos han enseñado a recabar

las enseñanzas directamente del espíritu, en cualquier forma que se presente y con independencia de cómo lo perciben o aceptan otros.

Veamos un ejemplo: en el 2001, un grupo de practicantes chamánicos occidentales realizó un largo recorrido por diversas regiones de Tuva (Siberia), bajo los auspicios de las organizaciones sin ánimo de lucro Dream Change y Sacred Earth Network. Su intención era la de experimentar la cultura tuvana y su chamanismo tal y como lo practicaban nueve mujeres chamanas indígenas. Muchos chamanes y practicantes de todo el mundo utilizan el tambor para conectarse con el espíritu. A menudo,

cuando esta práctica se enseña en Occidente, el tambor se toca con rápidos golpes monótonos y se instruye a los practicantes que el objetivo consiste en montarse sobre el sonido del tambor para acceder al mundo espiritual. Algunos grupos chamánicos desaconsejan abiertamente cualquier variación de ese toque monótono. Estos viajeros pronto aprendieron una lección sencilla pero poderosa de aquellas mujeres cuyos antepasados acuñaron el término chamán: la forma en la que realicemos la sanación y accedamos al espíritu no depende de lo que los demás piensen o hagan. Nos lo facilita nuestro compromiso personal con el espíritu, nuestra capacidad para interpretar sus

susurros y permitir que las energías más benéficas actúen a través de nosotros.

El grupo participó en numerosos rituales de fuego con tambores a lo largo del viaje, en pueblos que salpicaban la estepa siberiana hasta la frontera con Mongolia, en una ceremonia sobre la cumbre de una montaña que duró toda la noche y otra para detener las lluvias y poder salir con seguridad de un valle aislado e inundado. Sus miembros nunca se habían encontrado con el tipo de tamboreo que se realizó en aquellas ceremonias, pues no era el rítmico y constante que conocían de los círculos de su país. Más bien, en cada ceremonia las chamanas tuvanas entablaban una

salvaje cacofonía de canciones, bailes y tamboreo discordante. Cuando se invitó al grupo visitante a tocar el tambor solos, las arrugadas mujeres siberianas se rieron de ellos, y el contraste dejó claro el porqué. Los practicantes occidentales siguieron los patrones que siempre habían utilizado y tocaron el tambor casi al unísono. Sin embargo, cada tuvana accedió al espíritu de forma única, en comunión con los espíritus, las energías y los antepasados que canalizaron. Sus métodos no tenían un formato claro, y de hecho daban la sensación de ser una mezcolanza de ritmos. Sin embargo, cada una de las ceremonias generó poder. Dos personas gravemente enfermas se recuperaron

durante la ceremonia de la montaña. Los habitantes de los pueblos sintieron su energía renovada, y cuando las personas atrapadas en el valle inundado celebraron la ceremonia, las nubes se abrieron ante sus ojos, dejó de llover y un arco iris recorrió de forma mágica los cielos. A la mañana siguiente fueron capaces de salir sin peligro.

La forma puede ser poderosa, pero en último término lo que alimenta las fuerzas que sanan y transforman es nuestra relación con el espíritu. Quizá en este asunto no sea tan imperativo que todos nos encontremos exactamente en el mismo punto, pero sí es importante apoyar la contribución de cada persona

y cada cultura a la historia de sanarnos a nosotros mismos y al planeta, una historia en constante evolución.

Dicho esto, en los capítulos anteriores has leído cómo utilizar los viajes imaginativos, poderosos y empoderadores con las personas con las que trabajas. Este capítulo te va a presentar formas de emplear esas mismas técnicas de viaje para fortalecer tu propia conexión con el reiki y el espíritu, no sólo para obtener nuevas percepciones y conocimientos, sino para profundizar tu confianza, un elemento esencial en este trabajo.

Desde el capítulo 1, cuando mencionamos por primera vez el

proceso del viaje, hemos ilustrado muchos usos y enfoques posibles. Viajar no es difícil, aunque los principiantes tienden a elaborarse sus propios obstáculos para contactar con la esfera del espíritu. Como ya hemos dicho antes, ir a la realidad del espíritu no es más que cerrar los ojos y soñar despiertos que estamos en ella. Sin embargo, vamos a hacer una sugerencia sencilla que intensifica nuestra habilidad para navegar por otros mundos: *el cultivo de un santuario interior*. Esto es lo que muchos practicantes chamánicos denominan el *lugar sagrado*.

CULTIVAR UN SANTUARIO O LUGAR SAGRADO INTERIOR

Cuando cierres los ojos para viajar, imagina y, lo que es más importante, siente que estás descansando en un lugar que te evoca comodidad, seguridad, sanación y santidad. Puede ser un lugar en la naturaleza, tumbado en una playa arenosa junto al mar, en un prado bajo un cielo estrellado o sobre un lecho de agujas de pino en el bosque. También puede tratarse de una habitación, una tienda de campaña o una cabaña cuyos objetos, aromas, colores y texturas evoquen estas cualidades de comodidad, seguridad, sanación y santidad. Este lugar puede ser alguno que conozcas, un

sitio que exista en esta realidad, o puede brotar por completo de tu imaginación. Con independencia de si está en la realidad o en las esferas imaginarias, cuando acudes a tu lugar sagrado este será tan real para ti como tus sentidos le permitan ser. Empieza siempre haciendo unas cuantas respiraciones profundas, purificadoras y refrescantes. Mientras respiras, establece la intención y permite a tu cuerpo que se relaje para que la mente y las emociones puedan asentarse. Ahora simplemente imagina que estás en tu lugar sagrado. Es tan sencillo como eso, y con un poco de práctica podrás encontrarte en él al instante. Pregúntate a ti mismo qué ves, qué oyes, qué hueles y qué saboreas.

¿Cómo se siente tu cuerpo y cómo te sientes emocionalmente cuando descansas en tu lugar sagrado? Al principio resulta útil visitarlo tan a menudo como te sea posible para orientarte hacia él y que te sea más fácil acudir en cualquier momento. Puedes acceder a las cualidades de este lugar siempre que las necesites en tu vida diaria, así como cuando tengas la intención de viajar.

Para utilizar tu lugar sagrado como una herramienta para viajar, sencillamente imagínate a ti mismo en él al principio de cualquier periplo. Establece la intención para tu viaje, acomódate en tu lugar sagrado y abre la

mente a lo que dicho viaje vaya a traer consigo. Tu lugar sagrado es el continente perfecto a partir del cual lanzarse hacia otros mundos. Es un puerto seguro cuya energía inmediatamente te relajará, te abrirá y asentará tu mente. Es también un lugar familiar en la realidad alternativa en el que no sólo empiezas, sino al que regresas una vez terminado el viaje. Esto te proporciona un espacio de transición que simplifica tu movimiento entre mundos, desde esta realidad a otras y otra vez de vuelta.

Cuando establezcas la conexión con tu lugar sagrado quizá descubras que eres capaz de viajar con más profundidad.

Puedes incorporar esta práctica a cualquier ejemplo de viaje de los que hemos esbozado en este libro. Y recuerda, al anclar la sensación de seguridad y comodidad y la sanación que experimentas en tu lugar sagrado en tu cuerpo, puedes evocar sus cualidades siempre que las necesites, y no sólo antes de emprender un viaje.

El proceso de viajar constituye una herramienta fantástica para acceder a la sabiduría, la energía y el poder que se encuentran detrás de lo que la mente por sí sola puede concebir. Ya consideres estas experiencias como imaginarias, arquetípicas o mitológicas, la realidad espiritual que se conecta con la física es

real, accesible, digna de confianza y tan válida como cualquier fuente que tanto nuestros clientes como nosotros mismos podamos buscar para obtener percepciones, sanación y dirección.

CAMBIO DE FORMA Y FUSIÓN

Una técnica chamánica que suele utilizarse con frecuencia es la denominada *fusión*, una práctica de cambio de forma que introdujimos en el capítulo 5 en nuestro trabajo con los elementos. Podemos fundirnos (o durante un rato *hacernos uno), con* cualquier elemento que posea unas cualidades que nos apetezca experimentar o de las que queramos beneficiarnos. Los pueblos quechuas se transforman en el fuego de los volcanes para utilizar su poder en la sanación. Los guerreros y cazadores amazónicos se transforman en árboles de la selva para obtener invisibilidad. Los tuvanos

se funden con las cualidades de los pájaros, tal y como revelan sus tocados de plumas, para volar a otros mundos y otras realidades alternativas, y los chamanes de muchas culturas se transforman en las cualidades de animales para volar, para ser más ágiles, para estimular sus sentidos y para adquirir astucia y rapidez. Estas facetas pueden ayudarles a cazar, a sanar o a guiar a sus comunidades. Amplifican la percepción en este mundo y favorecen la navegación por otros.

otra de las muchas razones por las que los chamanes utilizan esta técnica es la de entender mejor algo. Algunos ejemplos de tu vida diaria podrían ser

un árbol de tu jardín, una mascota o una planta de tu casa que no están bien o una habitación de tu hogar o de tu oficina que te hace sentir incómodo. Fundirte con estos elementos puede resultarte útil para descubrir dónde está el problema. En el ejemplo de la persona mordida por el perro y que seguía teniendo miedo a estos animales, ¿se te ocurre alguna forma mejor para lidiar con este miedo que convertirte en ese perro y observar desde su punto de vista? Esta táctica puede ofrecer un ángulo comprensivo a miles de problemas. Y aunque no podamos hacerlo en esta realidad, en la alternativa cualquier cosa es posible.

Todos hemos pasado por la

experiencia de transformar nuestra energía, nuestra expresión, nuestra postura e incluso nuestros esquemas mentales y nuestras actitudes cuando una situación lo exigía realmente. La transformación es algo innato en todos nosotros. Nuestra capacidad para personificar, para manifestar y para experimentar la energía en la que nos centramos, ya sea fundiéndonos con un animal, una visión de quien aspiramos a

FUNDIRSE O TRANSFORMARSE EN ENERGÍA REIKI

El primer viaje de cambio de forma que nos gustaría ofrecerte es uno que fortalece nuestra relación con el reiki y nos proporciona una mejor comprensión de él. Con él podemos también comprender y experimentar lo inseparables que somos de la energía reiki. Incluso aquellas personas que llevan muchos años practicando reiki y están ahora considerando por primera vez la posibilidad de incorporar enfoques chamánicos pueden, de este modo, obtener nuevas percepciones.

Por favor, vuelve a reflexionar sobre

el primer capítulo en el que describíamos una visualización para ilustrar cómo la energía reiki puede fluir desde el universo hasta una persona (una esfera de luz en el cielo por encima de ti). Te resultará útil volver a recordarla en este momento. Cuando empieces, establece tu intención para el viaje, la de fundirte con la energía reiki. A continuación ve a tu espacio sagrado, ánclate y siéntete plenamente a ti mismo.

Cuando estés preparado, imagina que te elevas flotando desde tu lugar sagrado y que dejas tu cuerpo en la habitación, aunque no debes sentir que lo has abandonado por completo, sino que tu atención se está simplemente

expandiendo más allá de él. Cuando llegues al techo, si estás en una casa o en un edificio, sigue subiendo a través del tejado, hacia el cielo, ascendiendo hasta el universo. Tu intención es encontrar esa esfera de luz que sientes como la fuente del reiki. Recuerda que esta esfera es nuestro ejemplo. Visualiza o siente la fuente de la energía reiki de cualquier forma que te funcione. Haz lo que te venga de forma natural durante todo este viaje sabiendo que nuestras sugerencias no son más que modelos producto de la experiencia. Puede que suceda algo completamente distinto. En ese caso, sigue adelante y no te preocupes si difiere de lo que te sugerimos.

Cuando veas o sientas la luz o la energía reiki, planea cerca de ella. Siente su calor, su poder y su intención amorosa. Desde la seguridad de tu lugar sagrado, haz una respiración profunda e imagina que una parte de esta fuente de energía penetra en ti. Una cualidad palpable de la energía reiki es un estado armonioso de amor incondicional, el universo que se ofrece a sí mismo por nuestro bien. ¿Qué sientes, qué sensaciones percibes al permitir que esta energía amorosa, protectora y alentadora te penetre? Permanece así durante un tiempo y, cuando estés preparado y si te ves impulsado a ello, habla con la esfera de luz o con la forma

que percibas. Cuando te parezca correcto, pide permiso para entrar y fundirte con la fuente de energía reiki. Es posible que la respuesta no te llegue en tu propia voz. Puede que sientas, percibas o simplemente intuyas sin escuchar nada. Cuando eso suceda, entra en la energía reiki. Libérate para fundirte con ella y que ambos seáis uno. Implica a todos tus sentidos: vista, oído, gusto, olfato y tacto, además de tus sentidos sutiles. No pienses en lo que estás haciendo, experiméntalo. Sé como un niño que juega por primera vez en el agua en un cálido día de verano. Nada en la energía, báñate en ella, sé la energía.

A continuación, y de la misma forma en que te comunicaste con la fuente de energía, vuelve a hacerlo desde dentro. Cualquier cosa que desees saber, cualquier visión interior que desees obtener desde esta nueva perspectiva de ser uno con la energía reiki, exponla. Aprende de la fuente cómo el reiki puede hacer que tu vida, tu práctica y tu conocimiento sean más profundos. Si son demasiadas preguntas para una primera visita, siempre puedes volver. También puede suceder que no tengas ninguna pregunta, pero que al fundirte con la energía reiki experimentes un conocimiento o una comunión por encima de las palabras, los

pensamientos y las planificaciones. Quizá obtengas un entendimiento no verbal de cómo invitar a esta energía a alinearse contigo en cualquier momento. Suceda como suceda, sea cual fuere tu experiencia, permanece en ella tanto tiempo como lo desees.

Al dejarla, siente gratitud por lo que has recibido y por la experiencia de fundirte con esta energía. Regresa a tu lugar sagrado y no te apresures a realizar la transición de vuelta a esta realidad. Mueve los dedos de las manos y los pies, estírate y abre los ojos cuando estés listo para regresar plenamente a ella.

FUNDIRSE CON LOS SÍMBOLOS DE SANACIÓN

El siguiente viaje de cambio de forma es para los practicantes de reiki de segundo nivel o superiores y para aquellos que han practicado formas no tradicionales de reiki o cualquier otra modalidad de sanación que aplique símbolos. Cada símbolo posee características únicas y se utiliza con un propósito concreto, como realizar sanación reiki a larga distancia. Sin embargo, ¿qué es lo que sabemos acerca de los símbolos que utilizamos aparte de cómo emplearlos, sus nombres y los propósitos para los que se sugieren? ¿Qué nos comunicaron acerca de ellos

cuando recibimos la formación? A través de este ejercicio podemos descubrir más cosas.

Regresa a la fuente de reiki siguiendo las instrucciones anteriores. Si estás utilizando una modalidad de energía diferente, regresa a lo que tú consideras como su origen. Desde la perspectiva que hemos explicado de ser uno con la luz del reiki o con la energía tal y como la percibes, imagina que uno de los símbolos de tu práctica adquiere forma y, exactamente igual que te fundiste con la propia energía, en esta ocasión te fundes con este símbolo. Resulta beneficioso centrarse en un símbolo por viaje para que tu atención no se divida y

puedas realmente ser ese símbolo.

Cuando estés en completa armonía con él, siente cómo su energía y sus cualidades sutiles se hacen uno contigo. Una vez más, abre todos tus sentidos. Durante el viaje, busca cualquier cosa que desees conocer de los símbolos. Sin embargo, intenta no plantear preguntas de sí o no, pues de ellas sólo obtienes un sí o un no por respuesta, lo que podría no darte toda la información que estás buscando. También puedes sencillamente ser ese símbolo mientras te sintonizas con su intención y con su esencia.

En el reiki, los símbolos son infundidos por el maestro en el campo

energético del practicante. Cuanto más los invocamos y nos fundimos con aquellos que han sido implantados y activados dentro de nosotros, más se integrarán en nuestra consciencia y nuestro sistema de energía. Se hacen uno con nosotros. Esta práctica realza esta relación y nos hace más conscientes de ella. Transformarnos en los símbolos reiki o fundirnos con ellos puede profundizar nuestra práctica de sanación porque personificamos aquellos cuya energía deseamos aplicar, lo contrario de verlos como algo independiente y que sólo aplicamos parcialmente. Cuando nos hacemos expertos en transformarnos en los símbolos o fundirnos con ellos durante el proceso de viaje, el trabajo

con ellos en las sesiones de reiki chamánico (y en el proceso de iniciación, para los maestros de reiki chamánico) puede adquirir más relieve. Pueden llegarnos nuevas maneras de invocarlos o podemos recibir indicaciones para aplicarlos de formas novedosas, visualizándolos o sintiéndolos en lugar de extrayéndolos, incluso haciendo *camay* con ellos en el cuerpo de nuestro cliente o en su campo de energía. Cuando nos abrimos a cualquier cosa que venga, el despliegue puede convertirse en un éxtasis.

MÁS COSAS ACERCA DEL REIKI Y OTROS SÍMBOLOS DE SANACIÓN

Mikao Usui redescubrió la energía reiki cuando encontró los secretos para canalizar la fuerza vital para la sanación en antiguos sutras budistas tibetanos. Más tarde Usui rezó, ayunó y meditó en el sagrado monte Kurama de Japón y entró en un estado alterado de consciencia en el que recibió la clave para transmitir esta energía. Fue un proceso similar a la iluminación de Buda bajo el árbol Bodhi o a la historia de la tradición nórdica de Odín, que se sentó sobre un árbol, entró en estado de trance y recibió todo el sistema rúnico.

Son las historias de aquellos que podríamos situar sobre pedestales espirituales, mientras que nos parece que nosotros no tenemos capacidad para conseguir algo similar. Sin embargo, sí podemos. Estas situaciones no son muy diferentes de las búsquedas de visiones de las tradiciones indígenas norteamericanas, en las que se embarcan muchas personas modernas hoy en día. El buscador pasa varios días solo en el desierto o en las montañas ayunando y rezando, lo que da como resultado un estado alterado de consciencia durante el cual recibe una visión del espíritu.

Todos hemos experimentado estados expandidos en nuestro día a día. ¿Alguna

vez has vivido un momento en el que de repente todo encaja, cuando sin ningún motivo en especial piensas que tía Eunice va a llamar, suena el teléfono y es ella; cuando de pronto algo te viene a la cabeza o sientes algo muy dentro de ti y sucede? Estos casos son muy naturales y nos ocurren a todos. Podemos entrar y salir de la realidad alternativa y acceder a la sabiduría, el poder y la energía sin darnos cuenta de ello. Sin embargo, en los practicantes de reiki chamánico este proceso se perfecciona mucho porque lo cultivamos en beneficio de otros.

Cuando nos sumergimos en el espíritu y la energía reiki, cabalgamos muchos mundos y estados expandidos en el

curso de una sesión. Al hacerlo, en ocasiones los practicantes reciben sus propios símbolos. En realidad no son suyos, sino unos que el espíritu puede presentarles para que los utilicen en áreas concretas de sanación o para expandir su consciencia. Esto puede suceder de forma inesperada durante la meditación o incluso en una sesión de sanación. Los practicantes pueden incluso viajar hasta sus guías para obtener símbolos para unas necesidades concretas.

Si te llega un símbolo nuevo, no lo rechaces por considerarlo una imaginación tuya. Reconoce el hecho de que el espíritu te está susurrando,

escuchando y viajando al símbolo nuevo mediante las técnicas de fusión que hemos explicado anteriormente. Si eres un maestro y te llega un símbolo que te ayuda en tu práctica, añádelo en tus iniciaciones a los símbolos reiki normales. De todas formas, es importante distinguir el nuevo de los transmitidos originalmente y ofrecer a tus alumnos sus antecedentes. Todo esto no excluye a los practicantes de reiki de primer nivel ni a las personas que utilizan una modalidad que no emplea símbolos. Si durante tu práctica un símbolo surge en tu conciencia, dibújalo en esta realidad para poder recordarlo y viaja a él tal y como hemos sugerido. Puedes transformarte en él y llegar a

conocer su energía, además de preguntarle de qué modo le gustaría ser utilizado y con qué propósitos.

En *Reiki esencial*, Diane Stein afirma que ella aprendió que posiblemente existan 300 símbolos reiki cada vez, de los cuales 22 son de uso regular. En las escuelas reiki tradicionales se conservan cinco. Es imposible discernir si los que reciben los practicantes proceden del sistema original de sanación de los textos tibetanos o no. Sin embargo, los practicantes de reiki chamánico pueden viajar para pedir un símbolo capaz de ayudarles a sanar un tema concreto. También pueden viajar a los símbolos que se les aparezcan de

forma espontánea, y fundirse con ellos, para entender cómo utilizarlos. Cuando desees hacerlo, sencillamente sigue los ejemplos de viaje ya citados.

Una vez más, la práctica del reiki no es una modalidad estática. A diferencia de una montaña, alta y poderosa, inmóvil en su fuerza y determinación, la práctica del reiki es más bien como un río que fluye —móvil, fluido, cambiante — con la velocidad, la dirección, la fuerza y el destino que corresponde a las circunstancias. Al profundizar nuestro conocimiento del reiki y de otras modalidades a través de los métodos chamánicos, nuestras experiencias son personalizadas para nuestros clientes y

para nosotros y constituyen aquello que más se necesita en ese momento concreto. Repite los viajes al cabo de un año y observarás que algunas de las respuestas y experiencias pueden ser diferentes. Ese es el motivo de que dejemos a tu libre albedrío las preguntas que debes plantear tanto a la fuente de energía como a los símbolos y no detallemos lo que tu experiencia va a ser. Nuestras preguntas y experiencias pueden no ser las tuyas.

ENCONTRAR TU GUÍA ESPIRITUAL DE REIKI CHAMÁNICO

En el núcleo de cualquier práctica chamánica, con independencia del lugar del mundo en el que se realice, está la creencia de que cualquiera puede acceder al mundo del espíritu en busca de ayuda y guía. Hasta este capítulo hemos accedido a la esfera del espíritu por deseo propio estableciendo nuestro lugar sagrado y fundiéndonos con la fuerza de la energía y los símbolos. Para enlazar con el espíritu en otro nivel muy íntimo, podemos establecer una relación con un guía personal de sanación de reiki chamánico. La fórmula que sugerimos a continuación es tan

intemporal como el chamanismo.

En nuestra breve exposición del viaje chamánico al principio del libro mencionamos que muchas veces el primer viaje que se emprende a la realidad del espíritu es para encontrar un guía. En muchos casos ese guía adquiere la forma de un animal, aunque también puede aparecer como una persona o un objeto. Es importante establecer una relación con nuestro guía (o guías) y saber que encontrar uno no es difícil. Anteriormente sugerimos que te imagines a ti mismo elevándote al cielo para buscar la fuente de reiki. En esta ocasión, en lugar de imaginarte que asciendes, una vez que estés anclado en

el interior de tu espacio sagrado imagina que desciendes. Resulta más fácil sentir que atraviesas el suelo y te hundes en la tierra.

Déjate descender durante un rato, de forma que el hemisferio izquierdo del cerebro sepa que has abandonado esta realidad, e imagina que sales a un mundo cuyo aspecto es exactamente igual que el del nuestro. Puede que te encuentres en un bosque, en un prado, junto a un arroyo, en una playa o literalmente en cualquier sitio. ¿Cuál es la diferencia, te preguntarás, entre este mundo y el nuestro si parecen iguales? En nuestro mundo las personas se comunican y las cosas parecen sólidas.

En el mundo del espíritu todo está vivo, es mutable y puede comunicarse con nosotros. Igual que hablaste con la energía reiki, igual que pediste a tu cliente que hablara con el yo superior de la persona conectada energéticamente con él o con su propio yo superior, en esta ocasión puedes llamar a tu guía espiritual. ¿A quién o a qué debes llamar? A aquello que sientas, imagines o intuyas que está presente (rocas, árboles, nubes o cualquier otra cosa) recordando que todo lo que contiene la realidad del espíritu puede comunicarse con nosotros. Ten en cuenta que estos guías están muchas veces esperando a ser descubiertos y les ilusiona empezar a trabajar contigo, por lo que pueden

aparecer muy rápido.

No tengas ninguna expectativa y acepta cualquier guía que te llegue, ya sea un león, una bola de luz, un ratón o un maestro lleno de arrugas. Todos los guías espirituales ejercen poder, y este poder no está ligado a su tamaño, peso o apariencia, tal y como sucede en nuestro mundo. Pregunta si este es tu guía de reiki chamánico. No se debe pronunciar ninguna palabra. Si percibes que la respuesta es afirmativa, puedes empezar. Sin embargo, si sientes que la respuesta es negativa, sencillamente pídele por favor que te lleve hasta tu guía de reiki chamánico. Permite que esta ensoñación desarrolle una vida propia. Fluye con

ella recordando que puedes hacer y ser cualquier cosa que te apetezca. Si sientes la necesidad de seguir a tu guía y este echa a volar, imagina que te montas sobre su lomo, que eres un pájaro o que tienes un motor atado a la espalda para salir volando con él. También puedes sencillamente sentir el poder innato de dar un salto en el aire y seguir avanzando. No importa lo que hagas, lo cierto es que no te vas a caer.

TRABAJAR CON TU GUÍA DE REIKI CHAMÁNICO

Cuando hayas encontrado a tu guía, ábrele tu mente y tus sentidos. Cada uno de nosotros tiene una orientación diferente, por lo que aunque muchas personas podrán ver a sus guías con nitidez en el espacio del viaje, otras sólo los percibirán. Podemos identificarlos a través de su energía, por lo que percibirlos o sentirlos es tan bueno como verlos con la visión interior. Podrías considerar la posibilidad de plantearle algunas preguntas; he aquí algunos ejemplos: ¿Por qué eres mi guía? ¿Qué debo saber para profundizar mi práctica de reiki

chamánico? ¿Cómo puedes ayudarme en mi práctica? ¿Cuáles son las cosas más importantes que puedes comunicarme acerca de trabajar contigo en mis sesiones de sanación?

No son más que unas cuantas sugerencias. Las preguntas importantes son las tuyas. En el chamanismo hay muy pocas normas básicas, pero una de ellas es tener la intención, e igual que el reiki es impulsado por tu intención, lo mismo sucede con el viaje chamánico. Si descubres que tu mente empieza a divagar, que es lo que las mentes hacen de forma invariable, regresa a tu intención de viajar al mundo del espíritu para encontrar un guía de reiki

chamánico.

La segunda tarea de este viaje, aunque también puedes reservarla para otro si sientes que por esta vez ya ha sido suficiente, consiste en que te transformes en la energía de tu guía. Para ello sencillamente invita a su energía a que se funda contigo igual que tú te fundiste con la energía reiki. No somos independientes de la energía de nuestros guías, pues ellos son las fuerzas arquetípicas a las que podemos acceder y recurrir. Fundirnos con ellos es una práctica que más tarde podemos evocar durante nuestras sesiones de reiki chamánico de sanación. Simplemente siente a tu guía como uno contigo, siente

y percibe su energía y sus cualidades. También puedes imaginarlo o sentirlo con tanta nitidez como te sea posible directamente situado delante de ti. Da unos cuantos pasos imaginarios hacia él o ella y siente cómo te adentras en su interior caminando, cualquiera que sea su forma. Siente sus cualidades y su energía. A continuación vuelve a salir y percibe la diferencia.

Para trabajar con tus guías en tu práctica con los clientes, sigue sus indicaciones si te han comunicado algo concreto para ti. En caso contrario, o de forma adicional, puedes intentar transformarte en tu guía durante una sesión e invitar a su energía a trabajar a

través de ti en beneficio de tu cliente. Puedes hacerlo justo al principio de una sesión y luego volver a evocar y fortalecer esta intención cuando comiences el trabajo de imposición de manos. Siente realmente su energía y permítele trabajar e intuir a través de ti mientras dejas fluir la energía reiki.

Los guías de reiki chamánico pueden en ocasiones aparecer de forma diferente a los guías chamánicos normales, por lo que debes estar abierto a la forma, sea cual fuere, que adopta el tuyo. Debes también saber que pueden adquirir otras formas en cualquier momento. El tuyo puede dirigir el trabajo a través de ti mediante flores,

tambores, sonajas o cualquier otro de los elementos que indicamos en el capítulo 4. A través de tu experiencia y tu relación con él será como obtengas la mayor comprensión de cómo trabajar juntos.

MUCHOS GUÍAS Y MUCHAS FORMAS

Los guías espirituales pueden ir y venir, por lo que no te sorprendas si aparece alguno o si alguno de tus favoritos se va. Puedes tener muchos al mismo tiempo o trabajar solo con uno. Depende del espíritu, y si aspiras a aplicar una cierta lógica lineal a su comportamiento, buena suerte… ; no harás más que decepcionarte. Una vez más, refrena la tendencia a analizar cualquier información que seas capaz de recoger de un periplo mientras te encuentres en el estado de viaje. Limítate a experimentarla y a recordar todo lo que puedas. A continuación anótalo en cuanto te sea posible porque

los viajes poseen la cualidad fugaz de los sueños nocturnos y pueden resultar difíciles de recordar. Una vez plenamente de regreso a esta realidad podrás analizar todo lo que desees. Sin embargo, descubrirás que acceder a los mensajes constituye una experiencia más enriquecedora cuando tu corazón y tu cuerpo están tan implicados como tu mente.

Los practicantes de reiki chamánico invocan a sus guías durante una sesión, cuando hablan con los clientes, cuando intuyen cómo ayudarles y cuándo iniciar o enseñar reiki chamánico a otras personas. Si tenemos muchos guías podemos preguntarles en qué áreas nos

podrán ayudar más o discernirlo sintiéndolo. Nuestros guías pueden convertirse en aliados poderosos si se lo permitimos.

PROFUNDIZAR LA PRÁCTICA

Anteriormente hablamos de las chamanas tuvanas que se acercaban al espíritu de formas diferentes entre sí y con respecto a sus invitados occidentales sin que les importara la manera en la que otros chamanes o practicantes chamánicos tocaran el tambor. Estas chamanas habían aprendido a partir de la experiencia, el éxito y la confianza lo que debían hacer y cómo hacerlo. Exactamente igual que sus métodos de llamar al espíritu se diferenciaban de los de sus colegas, también nosotros podemos desarrollar nuestro propio caminar íntimo con la modalidad de sanación que

practiquemos. Esto es lo que da fuerza a nuestro trabajo por encima de las técnicas que nos hayan enseñado.

Cuando ya hayas probado y experimentado algunos de los ejercicios de este capítulo puede que te apetezca incluirlos en tu práctica. También puedes pasar los que elijas a tus clientes de reiki chamánico. Todos podemos beneficiarnos de establecer un santuario o un lugar sagrado en nuestro interior. Existe un lugar en la vida de todos nosotros para el cambio de forma o la fusión, y podemos dar poder a todos aquellos que acudan a nosotros buscando reiki chamánico si les ayudamos a descubrir a sus propios

guías de reiki chamánico. Lo único que se debe discernir es qué enfoque utilizar, cuándo y con qué cliente. Como ya mencionamos en capítulos anteriores, los viajes pueden resultar difíciles. Invocar a nuestros guías o fundirnos con ellos puede ayudarnos a decidir si un ejercicio concreto resultaría beneficioso para una persona determinada. Y a estas alturas ya debe ser evidente que cambiar cualquier viaje que sugiramos (en este capítulo o en cualquier otro) no sólo es totalmente correcto, sino que te animamos a que lo hagas. De esta forma nos resulta más fácil responder a las necesidades y circunstancias únicas de cada uno de nuestros clientes.

CAPÍTULO 8

VIAJE EN EL TIEMPO PARA PREVENIR LA PÉRDIDA DEL ALMA

En aras de la sencillez, y eliminando de su definición cualquier connotación religiosa, definiremos el término *alma* como la esencia viva vital de lo que somos ahora, hemos sido en el pasado o podríamos ser en el futuro. En este contexto podemos considerar que la palabra *alma* implica el núcleo de

nuestro yo, nuestras cualidades esenciales. Este yo esencial es inseparable de nuestro cuerpo, nuestras circunstancias, nuestra personalidad e incluso nuestra mortalidad, aunque también se extiende más allá de ellos. Como el alma es una con el tiempo y el espacio presente, y sin embargo irradia más allá de esta conciencia, tiene acceso a una sabiduría ilimitada. Nuestra alma, como núcleo espiritual, nos une con todos los tiempos y lugares en una fuente mayor, universal e inteligente.

Para algunas personas resulta útil concretar esta idea de que el alma es una consciencia individual conectada con un origen superior, como un rayo de sol

separado de su fuente y, sin embargo, indivisible de ella. Pero a diferencia del Sol (origen/fuente), que está fijo en el espacio, este rayo de luz (alma) puede viajar a la Tierra y penetrar en la vida física de este planeta. Desde épocas remotas los pueblos han aceptado la idea de que cada uno de nosotros posee un alma, el nervio que une el tejido de nuestro potencial humano y nos permite expresarnos de forma única. En pocas palabras, el alma es nuestro aspecto esencial o nuclear de ser. ¿Cómo experimentamos el alma y reconocemos su influencia sobre nuestra vida diaria?

Podemos conocer el alma como aquello que nos infunde vida y nos

inspira a conseguir unos intereses que superan a los nuestros propios, a hacer una pausa y contemplar una puesta de sol, a cumplir obligaciones importantes incluso cuando nos sentimos agotados, a bailar o pintar un cuadro, a ser pacientes y compasivos con los demás, a pensar y actuar en consonancia con lo que realmente somos a pesar de las expectativas de otros o sencillamente a salir de casa y dar un paseo. Sin embargo, si no la experimentamos de esta forma, puede que nuestra alma esté incompleta.

Concepto

En un nivel absoluto, nuestra alma está siempre intacta, plena y completa, igual que nosotros somos, en último término y siempre, inseparables del espíritu y la energía reiki. Sin embargo, desde un punto de vista chamánico podemos sentirnos separados de algunas facetas de nuestra alma, y necesitaremos reconectarnos con ellas, igual que podemos sentirnos separados del espíritu y la energía reiki y necesitar volver a conectarnos con ellos. Los chamanes de todo el mundo creen que los acontecimientos anonadantes o dolorosos pueden disparar una huida parcial del alma del cuerpo y dejar a

una persona traumatizada con un alma fragmentada o incompleta. Esta fractura del alma no sólo nos bloquea a la hora de expresar nuestros aspectos superiores, la parte de nosotros que aspira a actuar en armonía con el universo, sino que también puede instigar un comportamiento en conflicto directo con nuestro yo verdadero o más profundo.

Sandra Ingerman, una maestra chamánica occidental generalmente aceptada como una de las principales practicantes en el campo de la recuperación del alma, cree que cuando experimentamos un suceso que consideramos traumático, parte de

nuestra alma puede huir. Esto sucede como mecanismo de supervivencia para proteger al individuo de experimentar toda la fuerza de la circunstancia dolorosa.

Hemos utilizado la imagen de un rayo de sol para el alma. Vamos a analizar otra para comprender cómo, en un nivel relativo, un alma puede estar incompleta.

Imagina el alma como un rompecabezas de 500 piezas. Cuando vemos el rompecabezas intacto, tenemos el dibujo completo del alma de la persona. Nuestra alma estaría compuesta por 500 piezas de diversas formas y tamaños que conforman un puzle, cada

una de las cuales representaría una faceta de su carácter. Para concebir un alma incompleta, imagina que las piezas del puzle se desordenan, se colocan fuera de su sitio, o que algunas de ellas directamente no están a la vista. Aunque todas las cualidades del alma están ahí, las piezas no están correctamente unidas. Si observáramos este rompecabezas, no seríamos capaces de discernir el dibujo completo, por lo que no podríamos percibir la esencia de la persona. Y esta no sería capaz de expresar la totalidad de lo que es. En casos de pérdida del alma las personas pueden parecer vacías, emocionalmente reprimidas, con depresión crónica o incluso extremadamente

desequilibradas. Todas estas situaciones pueden reflejar partes del alma desunidas, o un dibujo del rompecabezas revuelto o incompleto, por seguir con nuestra analogía.

El trauma que hace que el alma se fragmente no siempre es visible. Si la persona sufre un ataque físico o un accidente de coche, vuelve de la guerra o experimenta la pérdida de un progenitor, un hijo o un ser querido, el trauma es evidente. En otros casos más sutiles, el trauma puede no parecer un suceso vital fundamental para cualquiera que no sea la persona que se separa de una parte de su esencia vital. Por ejemplo, niños criados en el mismo

entorno pueden interpretar y experimentar los acontecimientos familiares de un modo muy diferente. El trauma tiene que ser definido en términos personales, y lo que puede ser un incidente de apariencia inocua y sin carga emocional para una persona, a otra puede ocasionarle el desprendimiento de un trozo del alma. Cuando esa parte esencial falta, el compromiso de la persona con la vida queda en cierto modo restringido.

imagina a una niña de siete años a la que le encanta bailar pero a la que se le ha prohibido hacerlo en el cuarto de estar. Un día la niña se pone a bailar de forma espontánea alrededor del sofá al

compás de una canción que está sonando en la radio y que le gusta mucho. De repente golpea una mesita y hace que el jarrón favorito de su madre caiga al suelo y se rompa. La madre le grita con violencia y la manda a su habitación. Al cabo de unos momentos acude al cuarto de su hija, la abraza, la besa para enjugarle las lágrimas y le dice que la sigue queriendo. Todo parece estar bien. Sin embargo, la niña no vuelve a bailar por la casa y su conducta parece más controlada. El hecho de que le gritaran en medio de un momento tan feliz hizo que una parte de su vivacidad la abandonara. La pieza del rompecabezas que se sacó de su sitio fue un aspecto de la espontaneidad de la niña, y ese

aspecto que falta puede afectar a su comportamiento futuro, incluso en su edad adulta. Seguirá estando afectada hasta que se reúna con esa pieza fragmentada del rompecabezas de su alma.

La mayoría de los chamanes perciben que la fragmentación del alma se produce muchas veces a lo largo de nuestra vida. Aunque la niñita que mencionábamos perdió o descolocó una parte de ella, nuestra analogía revela que sigue teniendo 499 piezas en su sitio. Sin embargo, cada una de estas piezas es susceptible de ser desplazada, aunque dependiendo de la persona y su circunstancia, algunos de nosotros

somos más vulnerables a la fractura del alma que otros. Cuando nuestro yo esencial sufre una fragmentación, vivimos sin armonía ni tranquilidad, sufrimos enfermedades, con independencia del estado de nuestra salud física. Este es el motivo de que la reparación de la pérdida del alma sea tan importante.

Encontrar y devolver una pieza descolocada del puzle de un alma a su dueño es lo que se denomina *recuperación del alma*. Es importante señalar que existen tantas formas de realizar recuperaciones del alma como puntos de vista acerca de lo que constituye un alma. Los chamanes

siberianos y mongoles creen que los seres humanos poseemos tres almas independientes, todas las cuales pueden ser expulsadas del cuerpo durante un suceso traumático. Los pueblos quechuas andinos que conocemos entretejen, en sus recuperaciones, llamadas al alma para que regrese mientras aplican plantas, piedras y artículos sagrados durante las sanaciones. Algunos, que invocan la energía de los volcanes sagrados envolviendo a sus clientes desnudos en bolas de fuego, afirman que los aspectos del alma vuelven de forma automática a la persona con ese proceso.

Esta sección no estaría completa si no

reconociéramos otros enfoques, cuerpo-mente y energéticos, que también sanan el alma y recuperan sus cualidades esenciales perdidas. Acceder a la energía, la sabiduría y el poder de otros mundos para beneficiar al nuestro no está restringido a las personas de ascendencia indígena. Como señala John Perkins, «en cualquier caso, todos descendemos de pueblos indígenas chamánicos». Esto lo dice de una forma aún más sencilla el anciano amazónico brasileño Ipupiara Makunaiman: «¡Todos somos chamanes!».

Aunque rara vez son identificados como tales por su cultura, existen multitud de maestros y sanadores

contemporáneos que podríamos considerar chamanes sin miedo a equivocarnos. Muchos son visionarios que obtienen sus métodos directamente del espíritu, la intuición, las musas, el inconsciente colectivo o como quiera que lo denominen. Y muchos de estos métodos, como Somato Respiratory Integration, Body-Centered Transformation, Continuum, EMDR (Eye Movement Desensitization Reprocessing) e hipnoterapia, por nombrar sólo unos pocos, utilizan y evocan unos procesos sorprendentemente chamánicos para recuperar las conexiones vitales y esenciales. Algunos resultan particularmente efectivos para ayudar a

las víctimas de traumas y a las personas que sufren estrés postraumático, unas dolencias típicamente asociadas con la pérdida del alma.

En la misma línea, la energía y las iniciaciones de reiki también nos reúnen con partes esenciales vitales de nuestra alma. Este es, hasta cierto punto, el motivo de que el reiki funcione tan bien con el chamanismo como con las modalidades anteriores. La iniciación de maestro y su símbolo en particular nos purifican y alinean el alma. Los métodos, su origen y su apariencia pueden variar, pero muchos sistemas tanto antiguos como modernos pueden ayudarnos a recuperar energías vitales

del alma que hemos perdido.

Dicho esto, y por seguir con nuestro tema, vamos a centrarnos en la técnica de recuperación del alma que resulta más familiar para el practicante chamánico moderno: la de viajar al mundo del espíritu en nombre de una persona para encontrar y recuperar la pieza separada. Los maestros experimentados en esta forma de recuperación del alma aseguran que sólo las personas con una formación específica deben realizarla. Las razones están justificadas:

1. Es necesario mantener una relación fuerte con los espíritus que nos

ayudan y nos guían para entrar y salir de los mundos en los que habitan estas partes perdidas del alma.

2. Hace falta ser un practicante experto para interactuar con la pieza del alma y determinar si resulta apropiado y oportuno devolverla.

Si te intriga el concepto, no hay mejor fuente de consulta que los libros de Sandra Ingerman: *Recuperación del alma, sanando el alma fragmentada* y *Welcome Home, Life After Healing Following Your Soul's Journey Home*.

Aunque sólo los practicantes

chamánicos experimentados deben intentar recuperar almas, hacemos hincapié en que aún hay muchas formas en las que un practicante de reiki chamánico puede ayudar a un cliente que padece pérdida del alma.

PREVENIR LA PÉRDIDA DEL ALMA

No estamos sugiriendo que los practicantes de reiki chamánico realicen recuperaciones del alma que exigen un nivel de experiencia avanzado; de hecho, lo desaconsejamos. Sin embargo, cuando hablamos con nuestros clientes podemos descubrir un suceso pasado concreto que disparó una respuesta de huida debido a la cual la persona sufrió una pérdida del alma. Una vez identificado este suceso podemos ayudar a nuestro cliente a viajar en el tiempo hasta aquel acontecimiento específico para impedir que se produzca la pérdida.

La diferencia entre recuperar el alma e impedir su pérdida es que la recuperación devuelve el alma o la pieza esencial a la persona tras una estancia prolongada en otro mundo. Los pedazos vitales han huido para refugiarse en otras esferas y no regresan una vez pasado el peligro. La prevención de la pérdida del alma devuelve inmediatamente la energía o la convence para que no se vaya cuando se siente impelida a hacerlo. En la realidad espiritual, el tiempo es un fenómeno relativo. Como pasado, presente y futuro tienen lugar de forma simultánea, podemos acceder al momento exacto de la fragmentación para recolocar o

reorientar al alma o a la pieza del rompecabezas casi en el momento en que se va a ir o cuando lo acaba de hacer.

Detectar la pérdida del alma en una persona es algo que se logra con la experiencia. Sin embargo, una pauta general consiste en buscar cambios significativos y prolongados en la personalidad o la salud tras un acontecimiento traumático. Este acontecimiento puede ser evidente y observable por todos los que están cerca de la persona, como la pérdida del cónyuge. También puede ser más oscuro, como en el caso de una mujer, aparentemente exitosa y muy organizada,

que bailaba libremente siendo niña pero que ahora rara vez actúa con espontaneidad.

Resulta útil confiar en nuestros guías de reiki chamánico, utilizar nuestros instintos y observar la energía del cliente, su tono emocional y su lenguaje corporal, todos los cuales pueden ser indicativos de una fractura del alma. Del mismo modo, cuando un alma se da a la fuga por coacción, el cuerpo también elabora una respuesta de huida, el clásico síndrome fisiológico de lucha o huida. Como un alma fragmentada revelará sus heridas, sólo necesitamos leer las señales. Observa la calidad de la respiración de tu cliente, en especial

si es superficial, agitada o se interrumpe en el pecho. ¿Cómo se mueve y se sostiene, parece estar constreñido o incómodo? ¿Habla lo mínimo y evita el contacto ocular o es un charlatán imparable? ¿Percibes una cierta distracción, la sensación de que no está plenamente presente? ¿Te comenta que echa algo en falta? Haber perdido el contacto con nuestros aspectos más profundos significa que no podemos participar plenamente en la vida, pues para ello tenemos que estar completamente en nuestros cuerpos. Cuando existe una pérdida del alma, una parte de nuestro espíritu está volando por encima de nosotros, por lo que resulta prácticamente imposible habitar

en plenitud en nuestros cuerpos y emociones.

Cuando la posibilidad de pérdida del alma nos conmueve en una persona que está activamente implicada en su propia sanación, el practicante y el cliente pueden trabajar juntos para restaurar las energías esenciales. Y aunque esto puede ser uno de los ejercicios más empoderadores que una persona puede realizar, también puede resultar difícil. Retroceder en el tiempo hacia circunstancias penosas no es fácil, pero nos permite observar desde una perspectiva diferente. Nos ayuda a comprender cómo los acontecimientos pueden hacer que una parte de nuestra

vitalidad disminuya, lo que nos afecta y nos cambia de un modo con el que probablemente ahora no estemos contentos. Aunque no podamos hacer nada para evitar lo que sucedió, podemos intentar recuperar una sensación de la persona que éramos antes del incidente, o de la persona que ahora deseamos ardientemente ser.

Recuerda que la pérdida del alma se produce cuando alguien experimenta un acontecimiento que le provoca un cambio de vida. Si se dan las circunstancias adecuadas, perder un amuleto que tu abuela te regaló antes de morir podría cambiarte la vida.

Lo normal es que tras la pérdida del

alma se produzca una alteración del comportamiento o de la salud, y a medida que pasa el tiempo, la persona suele aceptar estas transformaciones como algo que no es capaz de cambiar. Un ejemplo de esto podría ser la mujer que bailaba de niña y que añora ser más impulsiva, pero que ahora cree que su personalidad constreñida es sencillamente lo que ella es.

Es importante hablar con los clientes antes de embarcarse en cualquier trabajo chamánico como reconfigurar la energía conectada con sucesos pasados o con prevenir la pérdida del alma. El suceso en el que te estés centrando debe quedar claramente definido y tu cliente debe

comprender el proceso y estar de acuerdo en que resulta útil intentarlo. No tienes que ser terapeuta para entablar estas conversaciones, aunque una parte de este trabajo supera los límites del consejero de reiki chamánico, en especial porque sus efectos pueden ser inmediatos y dramáticos. Por eso es conveniente asegurarse de que el cliente tiene una red saludable de amigos y familiares a los que puede recurrir si necesita un apoyo extra. Si todavía no tiene un terapeuta que suplemente el trabajo que está haciendo contigo, debería abandonar tu espacio de sanación con una lista de referencias locales. Es importante asegurarse de que los clientes están preparados para los

cambios que puedan producirse y que cuentan con apoyo. La creación de un entorno consciente es también esencial para este apoyo, y te recomendamos encarecidamente que leas el capítulo 10, *Creación de un continente sagrado para tu trabajo*, antes de intentar las prácticas siguientes.

Los ingredientes fundamentales con los que cuenta el practicante de reiki chamánico para ayudar a los clientes a viajar al pasado y prevenir la pérdida del alma son: tener unas intenciones claras, ser un individuo cariñoso y tener la salud espiritual de sus clientes como preocupación principal. Como estarás dirigiendo esta sesión como practicante

de reiki chamánico, debes saber que todo lo que ocurra en ella será guiado por la inteligencia de la energía reiki. Por tanto confía en ti mismo, confía en el espíritu y confía en la fuerza de vida universal. Los reikistas de segundo nivel o superior pueden utilizar los símbolos reiki.

VIAJE EN EL TIEMPO PARA PREVENIR LA PÉRDIDA DEL ALMA

Antes de comenzar la parte de imposición de manos de la sesión de reiki chamánico comentamos con nuestro cliente la posibilidad de retroceder en el tiempo para prevenir la pérdida del alma. Le pedimos que imagine viajar en el tiempo hasta el lugar donde aconteció el suceso en el que nos centramos. El objetivo del cliente debe ser observar lo que ocurre desde arriba. Debe ser testigo de lo que sucedió, pero desde un punto de vista distanciado, y observar a su yo pasado mientras las circunstancias se van desenvolviendo. Debe tener clara su intención para el viaje antes de

emprenderlo: «Deseo ver la parte de mi alma —o energía vital— justo en el momento en que abandona mi cuerpo. Cuando eso suceda, deseo impedir que esa parte de mi esencia me deje».

Por lo que se refiere al aspecto que el pedazo del alma o la energía esencial presentará, no hay ninguna respuesta que se adapte a todo el mundo, dado que todos somos únicos. En algunos casos puede ser una suave forma energética flotante que sale del corazón, o la adulta que vuelve a ver a su yo niño bailando y escuchando gritos puede ver una forma de bailarina luminosa pero definida que abandona su cuerpo. Al principio nuestros clientes sólo necesitan ver su

yo pasado en el momento en que está sucediendo el hecho. Pueden asumir que cualquier cosa que vean, sientan o intuyan salir de su cuerpo es su alma o su aspecto esencial. Cómo lo perciban o la forma que tenga no es tan importante como lo que hacen cuando lo ven.

Cuanto más difícil (traumático) haya sido el acontecimiento, más difícil resultará impedir que el pedazo del alma se vaya. Recalcamos que no deben revivir el incidente emocionalmente, sino que deben ser testigos de él desde un punto de vista distanciado, como si estuvieran viendo una película protagonizada por su yo pasado. Recuérdales al principio que pueden

detener la experiencia en cualquier momento, que el control lo tienen en sus manos. Cuando logren ver cómo el aspecto de su alma abandona el cuerpo, su tarea consiste sencillamente en convencerlo para que no lo haga y para que regrese de inmediato. En lugar de necesitar que un practicante chamánico realice una recuperación de su alma en el presente, nuestros clientes impiden que se produzca la pérdida. Prevenir que nuestras propias cualidades esenciales nos abandonen puede ser muy difícil, pero resulta extremadamente empoderador.

Durante su viaje imaginario, los clientes lo consiguen de cualquier forma

que se les ocurra. Lo primero que deben intentar es sujetar el pedazo del alma y aferrarse a él si continúa moviéndose. Pueden gritarle, susurrarle, suplicarle, coaccionarle y negociar con él, lo que les parezca más natural en esas circunstancias. Resulta útil hablar de este proceso con los clientes antes de que emprendan el viaje para que se hagan una idea de cómo pueden convencer al pedazo del alma para que se quede.

Cuando contamos con la atención del pedazo del alma, la comunicación debe ser rápida para transmitirle la mayor cantidad de información en el menor tiempo posible. De este modo podemos

impedir que la pieza del alma se aleje más. La persona empieza contándole quién es y cómo ha llegado desde el futuro para sanar ese momento exacto. Le cuenta detalles de lo que ha sucedido desde entonces y por qué es tan importante que se quede en el alma o regrese a ella. La mujer que rompió el jarrón, por ejemplo, le cuenta al aspecto de su alma lo que lo ha echado de menos después de que su espontaneidad se viera cohibida. Puede detallar las muchas cosas positivas y alegres que serán posibles después del acontecimiento a pesar del trauma. El cliente debe hacer hincapié en que, con independencia de la gravedad del suceso, él o ella lo superará y seguirá

hacia delante. La pieza esencial debe saber que la vida continúa después del incidente.

Una vez más, en esta conversación el cliente se mantiene centrado en su yo pasado, y en el momento en que parte de su esencia vital se va, debe ignorar cualquier otra cosa que esté sucediéndole y atender sólo a la pieza del alma. No debe preocuparse por el impacto del propio acontecimiento. El objetivo de este viaje es sólo conseguir que el pedazo del alma o la energía vital regresen al cuerpo. Una vez logrado, el cliente puede terminar el viaje y regresar a la realidad ordinaria.

NOTAS DE LA SESIÓN PARA PREVENIR LA PÉRDIDA DEL ALMA

Durante la sesión, el cliente es el que lleva a cabo la mayor parte del trabajo. Nosotros abrimos la fase de imposición de manos de nuestra sesión de reiki chamánico, tal y como siempre hacemos. A continuación, cuando el cliente parezca estar completamente relajado, le susurramos que vaya a su lugar sagrado de la forma que describimos en el capítulo anterior. Desde ahí puede empezar su viaje al pasado. Una vez más te sugerimos que mantengas tus manos de reiki chamánico en un lugar concreto. Una buena zona en la que descansarlas es sobre la frente o con las palmas

unidas en la coronilla y las manos cubriendo las sienes. Sé consciente de cualquier movimiento que realice el cuerpo, de sacudidas o contorsiones, que muchas veces indican liberaciones energéticas asociadas con el trauma. Son una buena señal. Puedes mantener las manos donde están, sencillamente siendo testigo de la liberación, o desplazarlas a cualquier área que te llame.

Dependiendo de la persona con la que estés trabajando, puedes entablar un diálogo durante su viaje. Una voz suave y serena resulta enraizante, y es importante no verse atrapado en asociaciones o proyecciones relacionadas con el objetivo del cliente.

En otras palabras, no te impliques emocionalmente en aquello en lo que él se esté centrando. Ten presentes las diversas formas en las que los clientes pueden convencer a las partes del alma para que regresen por si te pide ayuda durante el viaje. Abandona las expectativas en el proceso y en el resultado y deja que tus guías y el reiki trabajen a través de ti. Permanece como una fuerza firme de apoyo con cuya presencia tu cliente puede contar y a la que puede regresar.

Si eres un practicante de segundo nivel o superior puedes enviar reiki a la circunstancia pasada y aplicar el símbolo mental-emocional. Los

maestros de reiki pueden aplicar el símbolo maestro, efectivo para la integración en el nivel del alma. Si estás en el primer nivel, sencillamente canaliza reiki a las áreas hacia las que te sientas impulsado a hacerlo. La fuerza de vida universal envuelve a tu cliente en amor, sanación y protección. El reiki proporciona un continente sagrado desde el cual tu cliente puede volver a visitar con seguridad un acontecimiento que probablemente lleve mucho tiempo intentando olvidar.

Es preferible contar con una señal previamente acordada que indique cuándo se ha completado el viaje — levantar y bajar una mano, por ejemplo

— o hacer que el cliente diga sencillamente: «conseguido». En ese momento puedes terminar la fase de imposición de manos, pero intuye si resulta o no apropiado pedirle que se dé la vuelta para trabajar sobre su espalda. El reiki ayuda a tu cliente a asimilar el pedazo del alma en su cuerpo y a integrar la experiencia de viajar a un entorno temporal diferente. Además ofrece la poderosa herramienta del tacto, un apoyo de comunicación no verbal mientras los clientes asimilan los aspectos emocionales y energéticos de su viaje.

Todas las sesiones de reiki chamánico deben disponer de tiempo

suficiente para que las personas vuelvan a reorientarse antes de abandonar tu espacio de sanación y cuenten lo que les apetezca. En este caso, es obligatorio. Confía en tus instintos al dialogar con tu cliente. Puede resultarle útil expresar cómo se sintió durante el viaje y también al regresar a esta realidad. ¿Notó alguna diferencia ahora que la parte de su alma o su energía vital han regresado? En ese caso, ¿qué nota? Si no se ha sentido diferente de un modo inmediato, el cambio puede desarrollarse con lentitud.

Si tu espacio de sanación está cerca de un bosque o de un parque, es ideal que salga tras el viaje de prevención de pérdida del alma para pedir a la

naturaleza que le ayude a estabilizar y completar cualquier cosa que lo requiera. En el capítulo 5 encontrarás algunas sugerencias buenas sobre esto, y aquí tienes otro ejemplo:

Sal a dar un paseo tranquilo o deambula durante un rato hasta que te sientas atraído por un árbol saludable. Siéntate en el suelo con la espalda apoyada contra su tronco y respira lenta y profundamente mientras imaginas —o sientes o percibes— cómo sus raíces penetran en las profundidades de la tierra. A continuación sigue respirando y siente también el espacio que lo rodea y, a través de tu conciencia, sube por el tronco y las ramas hacia el firmamento.

Establece la intención de que te ayude a anclar firmemente tus cualidades esenciales dentro de ti. Respira en esta conciencia mientras te reabasteces de energía de la tierra y los cielos a través del vehículo del árbol. Mientras tanto, invítale a eliminar cualquier cosa caducada que desee dejarte y exhala esas circunstancias, sentimientos, hábitos, energías, condiciones físicas, hacia él, que inmediatamente los absorberá y transmutará en energía positiva. A continuación, en cada una de las siguientes inhalaciones siente cómo tu cuerpo, tu mente y tus emociones se llenan de energía vibrante, sanación y poder. Conéctate de este modo hasta que

te sientas despierto y enraizado. Antes de irte, expresa tu gratitud dejando un pedacito de pan o un poco de tabaco suelto.

Esta práctica resulta integradora y estabilizante, y lo ideal es continuarla en casa, en especial porque las personas pueden sentirse vulnerables después de estas sesiones. Recuerda a tus clientes que pueden volver a ese mismo árbol en cualquier momento o establecer una conexión similar con otro de su propia tierra o de un parque o bosque cercano. Asegúrate de que no cogen el coche hasta que no están plenamente en contacto con la tierra y estate disponible para otra sesión o para que te llamen por

teléfono si lo necesitan. Anímales a que mantengan una atención consciente y tranquila cuando vuelvan a casa.

Este ejercicio de *Prevenir la pérdida del alma* puede resultar duro. Sin embargo, los practicantes de reiki chamánico consideran que cambiar la energía pasada e impedir la pérdida del alma son unas poderosas herramientas chamánicas. Sigue a tu guía en relación con la persona única con la que estás trabajando. La forma exacta de hacer las cosas, las conversaciones que mantienes con tu cliente, la dirección que ofreces durante las sesiones… evolucionan con la experiencia y cambian con las circunstancias. Está justificado adaptar

cualquiera de estos detalles cuando la motivación para hacerlo es el bienestar de tu cliente.

INTEGRAR EL PEDAZO DEL ALMA O LA ENERGÍA VITAL

Si tu cliente regresa de su viaje con un poder personal renovado, una perspectiva de su vida expandida y confianza para expresar la energía o el atributo de la pieza que faltaba en su alma, la integración de esa parte vital fue espontánea. La pieza del rompecabezas ha regresado a su sitio correcto y se ha orientado de vuelta al puzle. Es lo ideal. Sin embargo, es evidente que no siempre funciona así de bien. ¿Qué sucede si no siente nada diferente? En ese caso es importante que regrese para otra sesión en la que integrar la energía o el pedazo del alma.

La integración del alma es un componente necesario que no debemos pasar por alto. Existen muchas formas de hacerlo, pero vamos a sugerirte una, una técnica sencilla que los clientes pueden hacer en casa o contigo. Para comprender más plenamente el proceso puede resultarnos útil leer cómo lo presenta Sandra Ingerman en los libros que citamos anteriormente.

Antes de que el cliente abandone tu espacio de sanación explícale que impedir que una parte de su alma o un aspecto vital de sí mismo le abandone no es más que el primer paso del proceso de sanación. Ahora debe integrar esa parte con el resto de su

esencia vital. En un nivel absoluto, el plano espiritual, el pedazo del alma o la energía vital jamás se perdieron realmente. Pero a pesar de ello, si la integración no está completa, el hecho de que esa parte haya faltado durante todos estos años se sentirá de una forma muy pronunciada.

Una vez más, volvamos al ejemplo de la niñita que rompió el jarrón cuando tenía siete años. Pongamos que ahora, con treinta, regresa a través del tiempo para impedir esa pérdida. La parte que faltaba de su espontaneidad regresa, o por decirlo de una forma más correcta, no llega a abandonarla. Si la integración es espontánea, la mujer percibirá su

nuevo yo como perfectamente natural, su personalidad constreñida pasada como un sueño y algo que ya no la caracteriza. Si la integración no es completa, las innumerables veces en las que se ha constreñido durante los últimos veintitrés años seguirán percibiéndose como muy reales. En ese caso la aceptación de su nuevo yo le resultará difícil. Para remediarlo, debe integrar la pieza recuperada de su esencia. El viaje que presentamos a continuación te ofrece una forma sencilla de hacerlo:

Si el viaje se realiza en la siguiente sesión, comienza como en cualquier sesión de reiki chamánico. Cuando sientas que la persona está preparada,

invítala a que acuda a su lugar sagrado y que te haga saber cuándo está plenamente situada en él y utilizando todos sus sentidos. Ahora, desde ese lugar de sanación protegido y seguro, pídele que convoque a la forma que la parte de su alma adoptó en el viaje anterior. Que convoque a esa parte a su lugar sagrado. Pídele que vea, sienta o imagine que la parte aparece. Cuando lo haga, ambos deben dialogar. En ese momento no se está produciendo ningún trauma. En la pacífica atmósfera de su lugar sagrado, tu cliente puede dar las gracias a la parte por su vitalidad para regresar y expresarle cualquier cosa que se vea impelido a expresar. Puede decir todo lo que desee. Al terminar se debe

honrar a la intención que motivó el viaje preguntando a la pieza del alma: «¿Qué puedo hacer para apoyarte ahora, cómo puedo realmente hacerte parte de mi esencia viva?». En el caso de la niña, puede explicar: «Sé que has estado conmigo desde que se rompió el jarrón, pero al revisar y sentir mi vida desde ese momento, veo y sigo sintiendo el impacto de cómo has faltado para mí. ¿Qué puedo hacer para ser plenamente una contigo otra vez?». Por favor, ten en cuenta que estas son nuestras preguntas, y que quizá no sean exactamente aquellas que tú te veas impulsado a sugerir.

Cuando la persona te haga la señal de

que ha concluido el viaje, completa el resto de la sesión y a continuación comenta con ella lo que le dijo el pedazo del alma. Siguiendo con el ejemplo anterior, puede ser algo tan sencillo como bailar por el cuarto de estar o cenar un helado de turrón caliente esa misma noche. Recuerda que la mujer adulta debe aceptar la parte de siete años de sí misma y realmente sentir que esa parte se ha fundido completamente con su personalidad adulta. Bailar en el cuarto de estar o tomar el helado puede ser lo único que necesite. Sin embargo, si hiciera falta un segundo viaje, o un tercero, puede hacerlos ella sola en su casa.

La gente suele regresar de sus viajes para *Prevenir la pérdida del alma* con resultados positivos. Ocasionalmente no son capaces de convencer al pedazo del alma para que regrese. Entonces puedes repetir el viaje otro día. También puedes pedir a tu cliente que realice el siguiente viaje, que tiene una intención completamente distinta, para detener al pedazo del alma o a la energía vital e impedirles que se vayan tentándoles a que se refugien en su lugar sagrado.

En este viaje la persona vuelve a decirle al pedazo de su alma todo lo que esbozó en el primer viaje, pero en lugar de pedirle que no se vaya o que regrese a su cuerpo, emplea una táctica

diferente. Le reconoce a este aspecto vital de sí misma lo traumático que ha sido el suceso y que es muy sabio huir, esconderse y recuperarse inmediatamente. A continuación le describe su lugar sagrado y le pregunta: «¿No te parece que es un lugar tranquilizador, protegido y sanador en el que descansar en estos momentos?». Si la descripción resulta suficientemente seductora, el pedazo del alma o la pieza esencial de sí mismo acudirá a él. Una vez allí puede darle las gracias e invitarlo a que se quede cuando él se vaya. Más tarde puede regresar, ya sea en la misma sesión o en otra posterior. Conversará con esta parte de sí mismo en el retiro sereno de su lugar sagrado

utilizando la misma conversación de pedir al pedazo del alma que regrese. En este caso ya no hay necesidad de apresurarse porque la charla se celebra en el entorno protector del lugar sagrado. Esta vez el pedazo debe decir que sí y la intención del viaje quedará completada. En lugar de regresar al momento del suceso, se le pide a la parte que sencillamente se funda con la persona y regrese a su esencia vital. Si este es el viaje que tu cliente emprende antes de fundirse con su pedazo del alma, incorpora el viaje de integración que acabamos de describir.

Traerlo a casa

Impedir la pérdida del alma no es fácil ni sencillo y no siempre se traduce en una armonía instantánea. El proceso puede requerir varios viajes y varias sesiones antes de que el cliente sienta que el pedazo del alma se ha integrado plenamente en el resto de su yo actual. Sin embargo, y como ya hemos señalado anteriormente, puede constituir uno de los viajes más empoderadores que facilites a tus clientes. Una vez comenzada la sanación del alma, la intranquilidad inexplicable puede disolverse y puede llegar la sanación para lo que estuvo enterrado o enconado desde el incidente que produjo el

choque.

Si la persona es un practicante chamánico o un experto en energía le ofreceremos la opción de realizar ambos viajes, el de *Eliminar las cuerdas perniciosas* y el de *Prevenir la pérdida del alma*, al mismo tiempo. En primer lugar debe ver el acontecimiento con la intención de eliminar las cuerdas energéticas. A continuación enfocará el mismo suceso mientras busca un pedazo del alma que le vaya a abandonar. Los acontecimientos que fueron suficientemente traumáticos como para necesitar una eliminación de cuerdas suelen también inducir pérdida del alma, por lo que lo más probable es que haya

que realizar ambos viajes, ya sea al mismo tiempo o en sesiones independientes.

Como practicante de reiki chamánico, cuando sientas que existe algún acontecimiento en el pasado de un cliente que exige impedir la pérdida del alma, no tengas miedo de sugerir este viaje. Sin embargo, recuerda que es necesaria una atención tenue y diligente. El apoyo de la energía reiki, un entorno vigilante y tus guías de reiki chamánico permiten a los clientes impedir la pérdida del alma sin revivir la experiencia del trauma. Repito una vez más, los clientes sólo deben contemplar la escena desde un punto de vista

distanciado, como si estuvieran viendo una película de su yo pasado. De todas formas, no tomes este viaje a la ligera pues puede traer a la consciencia acontecimientos largo tiempo reprimidos.

Este viaje presenta desafíos, pero suelen merecer la pena. Se puede obtener un mejor cierre de sucesos dolorosos, y al fundirse con las energías del alma, se recupera la vitalidad y se experimenta una profunda sensación de plenitud. Al ayudar a otras personas a recuperar sus cualidades esenciales, puedes facilitar su expresión más elevada. Con ello ayudas a transformar nuestro mundo.

CAPÍTULO 9

REIKI CHAMÁNICO Y VIDAS ANTERIORES

Es de esperar que a estas alturas del libro te sientas cómodo con la maravilla que llamamos chamanismo y veas lo fácil que resulta integrarlo en la sanación reiki. Si has aceptado la validez del reiki chamánico, probablemente hayas experimentado de primera mano algunas de las propuestas indicadas o algunas adaptaciones

extraídas de lo que has leído. Con un poco de suerte tu bagaje curativo es ya una cornucopia de métodos creativos, flexibles y poderosos a los que puedes recurrir en beneficio de otras personas. En este capítulo te ofrecemos un concepto más amplio que el chamanismo, que abarca filosofías y culturas de todo el mundo. Si al principio te da la sensación de que esta idea es excesiva para ti, por favor considera la posibilidad de, de momento, guardarla en un rinconcito de tu bagaje curativo. Reserva tu decisión final hasta después de haber probado estas técnicas. Confiamos en que, cuando estés preparado, llegues a considerarlas merecedoras de ocupar el

lugar que les corresponde en tu experiencia sanadora.

Concepto

Como hicimos al estudiar el concepto del alma en el capítulo anterior, lo que viene a continuación te lo presentamos sin ninguna implicación religiosa aparte de su vínculo general con la espiritualidad: cuando las personas fallecen, una parte de su ser, su esencia, su unicidad, continúa y puede renacer como otra vida humana sobre la tierra. De aquí se deduce que cada uno de nosotros puede haber vivido otras vidas, vidas pasadas, que tuvieron lugar antes de nuestra existencia actual. En nuestra propia muerte también somos capaces de trasladar a nuestra próxima creación parte de lo que hemos sido en esta vida.

Además, eso significa que si un tema o unos temas importantes no han quedado resueltos a lo largo de una vida, y siguen sin resolverse en el momento de la muerte, es posible solucionarlos en la siguiente. Sin embargo, debemos indicar que estos temas no resueltos pueden ser muy persistentes en su intención de quedar zanjados. La mayoría de los practicantes chamánicos estarían de acuerdo en afirmar que una lección que debemos aprender se nos presentará una y otra vez hasta que la asimilemos. Si fallecemos antes, no por eso la lección se termina. Volverá a aparecer durante otras vidas hasta que nos encaremos con ella e iniciemos nuevas formas de vivir.

Esta idea es más antigua que cualquiera de las religiones organizadas actuales y no abarca las creencias religiosas convencionales de una vida posterior. No existe ninguna respuesta definitiva ni ninguna lógica sobre el modo en que avanzamos a lo largo de nuestras vidas. Existen muchos caminos, opiniones y filosofías que delinean las condiciones, entre las que se incluye la forma de asegurarse un puesto mejor en la próxima reencarnación y cómo llegar a salir del ciclo de regreso. Haría falta otro libro completo para hacer justicia a cualquiera de estos enfoques, y ese no es nuestro objetivo. Como lo que se pretende con este texto es cultivar una

práctica de reiki chamánico, adoptaremos un punto de vista práctico con respecto a las vidas pasadas: el de ayudar a las personas a estar más presentes y sentirse más realizadas en esta.

Algunos dirán que una definición de por qué *somos lo que somos*, nuestra personalidad humana, podría ser la suma de nuestra herencia, nuestro entorno y nuestras experiencias personales. Una extensión simple de esta definición, en la que se incluya la idea de las vidas anteriores, sería: somos lo que somos debido a la suma de la herencia, el entorno y las experiencias personales así como de las experiencias que hemos

aportado a esta realidad procedentes de vidas en otras épocas y lugares. Vamos a ver cómo podemos aplicar todo esto al reiki chamánico y la forma de descubrir qué circunstancias de vidas anteriores están ligadas a los actuales patrones de salud, comportamiento y relaciones de nuestros clientes.

Anteriormente citamos a una persona que seguía teniendo miedo de los perros decenas de años después de haber sido mordido por uno. ¿Qué pasaría si este miedo se diera en alguien que jamás hubiera sufrido una mala experiencia con un perro? Imagina a una mujer a la que le aterroriza enfrentarse a un marido controlador, o a una persona brillante a

la que le intimidan sus propios logros. Piensa en un hombre que siente aversión hacia los profesionales sanitarios sin que haya sufrido ningún trauma médico o en una persona que perpetúa unas relaciones no saludables que la dejan sintiéndose abandonada. Ejemplos así parecen fáciles de inventar, pero no nos ha sido necesario hacerlo para resaltar por qué conocer nuestras vidas pasadas puede ser importante. ¿Cuándo consideramos, como practicantes de reiki chamánico, la posibilidad de una influencia procedente de una vida anterior? Cuando una persona se queja de un síntoma o un tema problemático o se siente coartado de una forma que no se soluciona tras varias sesiones y de la

que ni el cliente ni nosotros comprendemos su origen ni su persistencia. ¿Qué podríamos esperar obtener de estudiar una conexión de una vida anterior relacionada con un tema actual? Veamos en primer lugar las respuestas a los dilemas que hemos presentado. Los que sean importantes para tus propios clientes se revelarán por sí mismos cuando investigues estas técnicas por tu cuenta.

¿Qué sucede si una persona a la que jamás ha mordido un perro fue atacada por los lobos y murió como consecuencia de este ataque en Alaska en una vida anterior? ¿Qué pasa si la mujer con el marido controlador fue

encarcelada por un hombre en una vida anterior, y si la persona brillante que no está a la altura de sus posibilidades abandonó a una familia anterior para seguir sus sueños a costa de ser rechazado por su comunidad? Imagina que la persona que tiene aversión hacia los profesionales médicos fue un doctor de finales del siglo XIX que abandonó su profesión tras cometer un error que costó la vida a un joven paciente, o que la persona que se siente abandonada fue una niña que vivió durante la Peste Negra y que murió de inanición tras el fallecimiento de sus padres.

Cada uno de los problemas anteriores que aparecen en esta vida procede de

otro correlativo y supuestamente real de otra vida anterior. Si te resulta difícil creerlo, por favor sigue leyendo, pues tienes tiempo suficiente para decidir lo que te parece correcto y lo que no.

Recuerda que el tiempo lineal no existe en sentido chamánico; el pasado, el presente y el futuro pueden fundirse y hacerse indistinguibles unos de otros. Por tanto, sanar una herida producida hace cientos o miles de años tendrá el mismo efecto que sanar otra producida ayer. Recuerda la referencia del capítulo 3 acerca de las intrusiones producto de heridas infligidas en un pasado muy lejano, y eso implica que algunas de ellas podrían proceder de otras vidas

anteriores. Y en relación con el tema del capítulo 8 acerca de impedir la pérdida del alma, resulta útil reconocer que la separación de la esencia vital de una persona puede no estar limitada a que la huida del pedazo del alma se haya producido durante esta vida, sino que puede haberse arrastrado de vidas anteriores a esta.

Las heridas y disociaciones producto de traumas no resueltos en una vida anterior pueden mantenerse en el cuerpo, la emoción y la psique actuales, así como en la memoria energética y celular de una persona. Ese es el motivo de que un niño pueda nacer con algunos pedazos de su alma ya extraídos del

rompecabezas. Como perpetuamos de forma inconsciente los patrones de las heridas, es importante señalar que, en último término, no somos sólo víctimas. Cuando conseguimos ver cómo podemos dar el poder a nuestras propias actitudes y actos, obtenemos la capacidad de cambiar patrones dañados sobre la marcha. Sin embargo, reconocer nuestro poder para cambiarlos a menudo resulta difícil, por no hablar de hacer algo para solucionarlos. Forma parte de por qué explorar las vidas anteriores con propósito sanador puede beneficiarnos. Acceder a otras épocas y lugares hace que nuestras decisiones sean conscientes y nos abre un camino para cambiar la energía. Y además de solucionar

problemas y transformar asuntos pendientes, también puede aportar una visión interior a nuestro viaje espiritual. Podemos obtener un mayor entendimiento de por qué estamos aquí, acceder a los dones y la sabiduría de otros tiempos y expandir nuestra sensación de lo que somos más allá del intervalo de nuestra vida actual.

Existe una enorme evidencia a favor de la reencarnación, y en el libro de Tom Shroder *Old Souls* podemos encontrar casos notables de niños que recuerdan vidas anteriores. Sin embargo, lo cierto es que ni siquiera tenemos que creer en las vidas anteriores para que los siguientes

ejercicios funcionen y se produzca la sanación. Si tus clientes o tú no aceptáis de ningún modo este concepto, he aquí cómo abordar estos métodos con independencia de su orientación filosófica: por decirlo de la forma más sencilla, aquello que nos retiene o nos limita es una plantilla viva de la energía que nos afecta en nuestra vida presente. Sin tener en cuenta dónde ni cuándo se originó esta plantilla, esta energía revela sus patrones mediante historias e imágenes. Para nuestro objetivo actual, estas imágenes y situaciones son aquello a lo que las personas hacen referencia como vidas anteriores. El que la historia sea o no real no importa para que se produzca la sanación; lo importante es el

patrón energético que la situación representa. Lo que nos importa inicialmente es sólo llegar a la historia y comenzar a tratar la energía asociada con ella. Esto puede conseguirse mediante los viajes chamánicos.

El acceso a vidas anteriores

Supongamos que tenemos un cliente que no puede romper un patrón de vida no saludable o que muestra un trastorno que se resiste a ser modificado y cuya raíz se nos escapa. La fuente puede estar escondida en una dinámica de una vida anterior o, por seguir con nuestra discusión anterior, en una programación energética anterior a la que no podemos acceder o en la que todavía somos incapaces de influir. Lo que vamos a ofrecerle es un viaje chamánico para ver qué aparece, para obtener información e implicar a la energía. Recuerda que las personas viajan a las esferas chamánicas para adquirir sabiduría, energía y poder.

El que acepten o no la validez de su experiencia y lo que hagan con ella será asunto suyo.

A continuación te ofrecemos tres ejemplos de viajes chamánicos que puedes facilitar a tus clientes durante las sesiones de reiki chamánico. Como con todo lo que hemos indicado hasta ahora, una vez leídos estos viajes que te sugerimos, por favor cámbialos, varíalos o inventa los tuyos siempre y cuando alcances el objetivo de hacer que los clientes accedan a las vidas anteriores o a la plantilla energética (que se presentarán en imágenes o historias) que están afectando a su situación actual. Las sesiones

prolongadas funcionan muy bien para el trabajo con vidas anteriores, al igual que para prevenir la pérdida del alma y para transformar asuntos pasados. Es importante contar con tiempo suficiente para el viaje en sí mismo y para preparar y llevar a cabo la discusión y la integración subsiguientes. Como este viaje puede resultar difícil, los clientes necesitan más tiempo para volver a conectarse a tierra antes de abandonar nuestro espacio de sanación y regresar a sus actividades normales.

En cada uno de estos viajes haz saber a tus clientes que les vas a facilitar un repaso a una vida anterior, pero que si al hacerlo sucede algo diferente de lo

que les estás diciendo, o se produce a un ritmo más rápido que el que describes, deben sentirse totalmente cómodos para continuar con su experiencia. Puedes:

1) explicar el viaje completo antes de que el cliente lo empiece, o 2) susurrarle una sección del viaje cada vez y pasar a la siguiente cuando te indique que ya ha completado lo que le has sugerido levantando una mano o un brazo.

Recuerda que cada uno de los siguientes viajes está diseñado con la intención de que las personas vean, sientan o intuyan lo que aparece dentro del espacio del viaje, que recaben información de cualquier forma que se

les ocurra y que se conecten con la plantilla energética que está influyendo sobre ellos desde una vida anterior. Vas a encontrar información acerca de cómo estas experiencias, y los datos recabados en ellas, pueden ser utilizados tras los viajes.

EL *CORREDOR DEL TIEMPO*

Empieza este viaje pidiendo a la persona que imagine que está caminando por un sendero de un bosque. Invítala a enumerar todos sus sentidos para que pueda empaparse bien de la experiencia de estar en medio del bosque. (Como ya hemos indicado muchas veces, si el cliente no es visual, sentir, percibir o sencillamente intuir que está en un bosque sirve perfectamente. De hecho, sentir estas realidades puede producir un impacto mayor que verlas.) Cuando se sienta uno con todo lo que está experimentando en este entorno natural, ofrécele que tome un desvío imaginario del camino. Pídele que observe

cualquier cosa que llame su atención en este nuevo sendero y sugiérele que, en su lento caminar, pronto verá un edificio. Invítale a observar, de cualquier forma que le atraiga, el aspecto que tiene el edificio, lo grande que es, qué tipo de diseño arquitectónico tiene, cualquier sentimiento que podría producirle entrar en él o cualquier otra cosa que se le ocurra. A continuación, mientras se acerca a él, sugiérele que observe una pequeña escalera que conduce a una gran puerta de madera.

Mientras sube por las escaleras para acercarse a la puerta, invítale a observar o imaginar qué aspecto tiene. ¿Es una

puerta sencilla o con adornos? ¿De qué tipo de madera está construida? A continuación pídele que afirme en el espacio del viaje que desea entrar en el edificio. Al pedir permiso es importante declarar intenciones concretas como «Deseo entrar para poder acceder a una vida anterior que me va a ayudar, o que está específicamente relacionada con el problema (indicar el tema) que me preocupa en mi vida actual». En este punto la puerta suele abrirse, pero haz saber a tu cliente que, si no lo hace por sí misma, él puede sencillamente acercarse y abrirla.

Sugiérele que es posible que el espacio interior sea un pasillo largo y

estrecho. A lo largo de ambas paredes observará una gran estantería cuyos estantes están llenos de objetos. Sugiérele que avance por el corredor viendo, sintiendo o intuyendo cuantos objetos pueda hasta que uno llame toda su atención. Invítale a cogerlo y sostenerlo en sus manos. El cliente debe darse cuenta de cómo se siente al hacerlo. Proponle que se deje arrastrar hacia el objeto; se sentirá atraído irresistiblemente a fundirse con él. Cuando se sienta plenamente uno con el objeto que sostiene, la habitación que le rodea empezará a girar y a desvanecerse mientras el objeto le lleva a un pasado distante. En ese pasado va a llegar a una escena de su vida que probablemente

tenga un significado relacionado con sus patrones de vida actuales. Recuerda al viajero en este momento que cualquier acontecimiento que vea, sienta o intuya ya habrá pasado y que debe intentar no implicarse emocionalmente en él.

Déjale tiempo para experimentar la parte de la vida que el objeto le induce a recordar. A una señal previamente acordada, te hará saber que ha completado el trabajo del viaje (normalmente suele ser elevar una mano o un brazo). Una vez terminado el viaje debe permitir que la escena de la vida anterior se desvanezca e imaginar que está de vuelta en el *corredor del tiempo*. Puede devolver el objeto que sigue

sosteniendo en la mano al estante donde lo encontró, regresar a la puerta y abandonar el edificio. Antes de irse debe expresar su gratitud por la experiencia. Déjale algo de tiempo para que vuelva a recorrer el camino y regrese al bosque. Cuando ya se encuentre entre los árboles, sugiérele que dedique un tiempo a dejarse renovar y recargar por la naturaleza antes de imaginar que el bosque se desvanece también. Cuando esté totalmente listo, debe regresar a su cuerpo y volver por completo a la habitación.

EL *CÍRCULO DE LA TIERRA*

Invita a tu cliente a imaginar que se eleva de la camilla de reiki chamánico y atraviesa flotando el tejado del edificio para ascender hacia el cielo. Debe continuar subiendo hasta que vea, sienta o intuya cómo la Tierra gira debajo de él. Haz que experimente los continentes que van apareciendo y desapareciendo con los giros del planeta, de la forma que se le ocurra. Tras experimentar cómo gira el mundo unas cuantas veces, invítale a que afirme lo siguiente: «Llévame al lugar y al tiempo que me ayudarán a comprender el problema que afronto ahora». (También puede afirmarlo igual que en el viaje anterior o

algo similar.) Déjale entrever que ahora va a sentir que la Tierra tira de él.

Cuando su descenso se haga más lento puede descubrir que ha sucedido una de estas cosas. Quizá se encuentre en otro cuerpo y experimentando otra vida como si le estuviera sucediendo en este momento. En ese caso invítale a que contemple su cuerpo y sus pies para observar la ropa y el calzado que lleva y comprobar a qué época pertenecen. También puede descubrir que es la misma persona que en la época actual, pero que está sobrevolando y observando un acontecimiento perteneciente a otra vida mientras este se desenvuelve.

Quizá experimente algo totalmente distinto. Es importante no censurar ni juzgar lo que se vea, sienta o intuya. Y repetimos una vez más, el que el escenario sea real o no, no importa, lo importante es su experiencia y cualquier información que pueda haber obtenido acerca del patrón energético que está trabajando para cambiar. Confía en que tu cliente recibirá exactamente lo que necesita en ese momento. Déjale mucho tiempo para sumergirse en el viaje y, una vez más, deberá hacerte una señal cuando lo haya terminado. En este punto debe dejar que la realidad alternativa se difumine a su alrededor e imaginar que regresa al cielo mientras experimenta

los continentes debajo de él. Cuando aparezca aquel en el que reside debe sentir cómo flota hacia abajo, de vuelta a su ciudad, cómo vuelve a atravesar el tejado y el techo de la habitación y regresa plenamente a su cuerpo.

EL *RÍO DEL TIEMPO*

Para saber cómo se siente este viaje, imagina que la primera vez que tu alma se encarna está metida en un cesto que flota sobre la rápida corriente del *río del tiempo*, y que seguirá bajando por ella durante todas las vidas en las que se vaya a reencarnar.

En este viaje el objetivo inmediato de tu cliente consiste en focalizar que se encuentra en el borde del *río del tiempo*. Allí verá (imaginará, sentirá o intuirá) una canoa abandonada junto a una de las orillas. Sugiérele que entre en ella y que la aparte de la orilla. La canoa empezará a moverse río arriba, de vuelta en el

tiempo. Una vez que la canoa deje la orilla, haz que tu cliente realice la misma afirmación que en los dos viajes anteriores; cualquier cosa del estilo: «Espíritu, llévame a un tiempo pasado en el que el problema que estoy tratando ahora se creó». Las palabras exactas no son tan importantes como la intención. Cuando la canoa se acerque a una orilla, invita a tu cliente a descender y a alejarse del río hasta que llegue donde se encuentra una persona. Puede dedicar unos momentos a observar el aspecto y el modo de actuar de esta persona. Debe seguirla hasta que sea testigo de una experiencia vivida por ella. Cuando esta experiencia haya terminado, el cliente debe alejarse solo y regresar a la canoa,

que esta vez avanzará aguas abajo, y cuando se detenga, habrá regresado al tiempo presente. El cliente puede entonces abandonar el río y regresar plenamente a la habitación y a su cuerpo.

Mediante uno de estos tres viajes, otro que hayas desarrollado tú mismo o alguna técnica incluida en tu equipo curativo, debes facilitar un viaje que ayude a la persona con la que estés trabajando a ser testigo de un acontecimiento de su pasado, de otra vida. El significado del suceso visitado es que se trata de algo que tiene un efecto negativo sobre esta realidad, sobre esta vida. Eso sí, recuerda que el

combustible que alimenta los viajes chamánicos es la intención del viajero. En los viajes anteriores, la intención es regresar a una vida anterior para obtener la energía y un mayor entendimiento o resolver un problema actual. Sin embargo, cambiando la intención tu cliente puede también utilizar cualquiera de ellos para acceder a un pasado más reciente y cambiar la energía de un asunto sucedido en esta vida. Es de imaginar que también puedes utilizarlos para acceder al futuro y cambiar la energía de acontecimientos que están aún por suceder y que producen un efecto sobre nosotros ahora.

NOTAS DE LA SESIÓN PARA LOS VIAJES A VIDAS ANTERIORES

Como sucede con todas las excursiones chamánicas que presentamos en este libro, empieza estos viajes después de canalizar reiki durante un tiempo suficiente como para que tu cliente entre en un profundo estado de relajación. Durante ese tiempo puedes transformarte en tu guía espiritual de reiki chamánico e invitarle a guiar la sesión para lograr el mayor bien. También puedes, al principio de cualquiera de estos tres viajes, sugerir a tu cliente que, antes de emprenderlo, solicite la ayuda o la compañía de un guía espiritual, si dispone de él. Si no

dispone de guía espiritual, puedes invitarle a que lleve consigo cualquier cosa, cualquier aliado o ayudante, cualquier energía, símbolo, herramienta, animal o persona que le evoque fortaleza, sanación, claridad de visión y guía. También puedes sencillamente empezar tal y como empezaste el resto de los viajes. Mientras tu cliente está en él, con su permiso, descansa tus manos de reiki chamánico sobre sus ojos y su frente para ayudarle a acceder a otros tiempos y lugares, o déjalas reposar allí donde te sientas impulsado a hacerlo.

Al igual que en los viajes al pasado para prevenir la pérdida del alma y para cambiar la energía de acontecimientos

anteriores, para los practicantes de reiki de segundo nivel o superior los símbolos de la distancia y el mental-emocional adquieren un significado especial para el trabajo con vidas anteriores. Al invocar el símbolo de la distancia hacemos que el pasado, ya sea de esta vida o de otras pasadas, se vuelva muy accesible y podemos enviar reiki directamente a las circunstancias del suceso que están ejerciendo una influencia sobre nuestra vida actual. A través del símbolo mental-emocional dirigimos energía reiki para conseguir una sanación del centro emocional y del patrón de pensamiento de las circunstancias de la vida pasada que nos están afectando en esta. El símbolo

maestro amplifica el poder y actúa sobre la fragmentación del alma.

Es importante señalar que simplemente observar y utilizar la energía de una vida pasada mediante cualquiera de estos viajes puede favorecer la sanación o un cambio espontáneo de la energía de acontecimientos pasados. Esto puede suceder antes incluso de comprobar cómo podemos utilizar lo obtenido de la vivencia de estas historias o vidas pasadas. Aunque no sea el objetivo de esta fase de viajes, mantente abierto a lo inesperado. Las personas energéticamente sensibles o sintonizadas son especialmente propensas a

experimentar giros espontáneos de los acontecimientos durante un proceso de viaje.

Cuando la cliente que sufría temas de abandono viajó a una vida anterior que tuvo lugar durante la Peste Negra, fue testigo de que su yo infantil de aquella época era un niño que estaba escondido en su casa. Antes de enfermar, sus padres habían acumulado comida y prohibieron a su hijo que abandonara la casa, les pasara a ellos lo que les pasase, pues la mayor parte del pueblo estaba afectado. Ahora los padres del niño habían muerto, la comida se había terminado y el niño se estaba muriendo de hambre. Sin embargo, algo

inesperado sucedió mientras nuestra cliente contemplaba estas circunstancias. Su atención, a través del niño, se centró en una rata que estaba en una esquina de la habitación. Mientras la mujer y el niño contemplaban al animal, este se transformó de repente en una bola de luz. La luz se elevó por el tejado hacia el cielo y la consciencia del niño y de la mujer viajaron con ella. La cliente que experimentaba el viaje asumió que simbolizaba que el niño había contraído la peste y había muerto también, por lo que su espíritu se elevaba de su cuerpo. Sin embargo, al mirar desde el cielo hacia abajo, hacia el pueblo, el niño y la mujer actual vieron una luz que emanaba desde el bosque que lo rodeaba. Ambos,

entonces, viajaron de vuelta por el rayo de luz hasta la casa. El niño salió corriendo inmediatamente del edificio y se adentró en el bosque, hacia la luz, en la dirección que había visto desde el cielo. Llegó a una hoguera que ardía y junto a la que se encontraba una pequeña comunidad de supervivientes que lo acogieron como parte de su grupo. Es un buen ejemplo de un cambio espontáneo de la energía de acontecimientos pasados. Por favor, ten en cuenta que esto ocurrió cuando sencillamente estaba haciendo un viaje para observar una vida anterior o una plantilla energética para recabar información.

Sea cual fuere la naturaleza de su

viaje, cuando el cliente lo ha concluido puedes seguir canalizando reiki. Tienes plena libertad para emplear cualquier método de reiki chamánico que te sientas inspirado a incorporar. Hazlo durante un tiempo suficiente para que las energías y experiencias puedan asentarse y comprende que una visita a un pasado lejano puede afectar profundamente todos los niveles del ser. A continuación, cuando te parezca el momento adecuado, puedes invitar a la persona con la que estás trabajando a compartir contigo todo aquello que se sienta impulsado a contar acerca de su experiencia o de los conocimientos que ha adquirido. También puedes terminar la sesión y reservar esta conversación

para la conclusión de vuestro tiempo juntos. De cualquier forma, este momento de compartir es un tiempo para aclarar cómo la historia se relaciona con el tema y lo que la persona puede ahora sentirse inspirada a hacer de ello.

La utilización de la información de vidas anteriores

Por desgracia, no podemos saber con exactitud cómo utilizar o interpretar la información y las experiencias particulares de cada cliente. Está claro que podemos ofrecerte un ejemplo diseñado para ajustarse a las situaciones que hemos expuesto. Sin embargo, a estas alturas ya deberías confiar en que cualquier cosa que se presente te impulsará en la sabiduría creativa e intuitiva necesaria para beneficiar a tus clientes. Y recuerda que la intención es lo que guía el proceso, por lo que debes tener clara la tuya, así como la abundancia de ayuda con la que cuentas

ahora, como por ejemplo la dirección de tus propios aliados espirituales. Las personas pueden sentirse escépticas hacia este proceso. También pueden sentir que la información se ajusta demasiado bien, por lo que tiene que ser necesariamente una invención. Asegúrales que creer o no creer no importa, haya vidas anteriores o no. Con independencia de su origen, el viaje mostrará la plantilla energética de la raíz del problema. El chamanismo es muy práctico: los resultados son lo que importa. Nuestra medida del éxito es el aumento de la salud y el bienestar de nuestros clientes.

Tras la muerte del joven paciente del

médico, este se sintió desolado y no volvió a practicar la medicina. Su aversión hacia su profesión se continuó en una vida posterior. Una vez logrado el acceso a esta historia, realizó un segundo viaje a la vida anterior para sanar la herida. Hemos hablado de viajes al pasado para eliminar vínculos con personas que pueden no estar ya vivas, viajes para eliminar conexiones energéticas con acontecimientos pasados y viajes para prevenir la pérdida del alma. En cada uno de ellos los clientes dialogan con alguien, con otro yo o con uno más joven, para conseguir su objetivo. Lo mismo puede hacerse para soltar los lazos energéticos con incidentes de vidas pasadas.

Al emprender este segundo viaje la persona expresó su intención de ser testigo de su vida anterior en el momento en que el niño fallecía en las manos del médico. Mientras se apagaba la vida del chiquillo, nuestro cliente enfocó su atención en el médico buscando el pedazo del alma que abandonaba su cuerpo y que había hecho que aquella herida se perpetuara en otra vida. Profundamente arraigada en esta disociación estaba su aversión hacia la profesión médica. Esta es la parte con la que la persona debe dialogar, pero con una perfecta vista atrás. Sí, el niño murió, pero al preguntar al doctor por qué decidió hacerse médico, pudo

recordar a todos aquellos a los que había ayudado a lo largo de los años y cuyas vidas había salvado. Esta conversación detalla también las cosas maravillosas que pueden suceder en una vida futura, pero explicando que la asociación negativa con la profesión médica puede llevarse consigo durante más de cien años y dañarles en el futuro. Cuando siente que el diálogo se ha completado, la persona invita al aspecto disociado del alma del doctor y al médico mismo a que viajen por los cielos hasta una fuente universal de luz. Mientras ambos se elevan hasta esa luz, se funden y el vínculo energético entre nuestro cliente y su pasado lejano se disuelve.

Nuestro papel en este viaje es sobre todo aclarar su propósito a nuestros clientes. Una vez está clara la intención, la de resolver el problema de la vida anterior o la plantilla energética que los está reteniendo, eso es lo que harán y obtendrán un cambio de energía que acelerará la sanación. De todas formas, no siempre resulta tan sencillo. De hecho, pueden hacer falta varios viajes para convencer a un pedazo de una vida anterior que acepte lo que la persona futura le está diciendo, que deje alejarse el dolor y avance hacia la fuente de luz. Sin embargo, tras uno o dos viajes se dispone de la posibilidad de sanación.

Como ejemplos de los resultados de

este trabajo, la mujer, cuyo viaje a la Peste Negra se resolvió de forma espontánea cuando (como un niño) encontró una comunidad y seguridad en el bosque, supo por qué le producían tanta angustia las relaciones y la separación. Gracias a ello obtuvo una mayor compasión hacia sus problemas y estos le parecieron más abordables. Sus ataques de pánico disminuyeron y empezó a practicar lo que había aprendido en el viaje acerca de elevarse por encima de las situaciones dolorosas para observarlas desde un punto de vista superior. Aplicó estos conocimientos a las relaciones, desechó las conexiones no saludables y confió en que podía encontrar otras más provechosas. La

persona que sentía aversión hacia la profesión médica se volvió menos reactiva y canalizó su energía hacia la defensa de los planteamientos holísticos de la sanación.

La sabiduría, el poder y la energía que obtenemos de viajar a vidas anteriores pueden cambiar las formas en las que nos vemos afectados de forma negativa en esta vida. Conseguimos desatar las cadenas de lo que nos está reteniendo y, con ello, no sólo eliminamos su vínculo con nuestra vida actual, sino también con las futuras.

Capítulo 10

CREACIÓN DE UN CONTINENTE SAGRADO PARA TU TRABAJO

Has alcanzado un tema básico de este libro, uno que hemos reservado para la parte final de tu lectura de forma que quede fuertemente arraigado y fresco. Se trata de un capítulo que te apetecerá releer una y otra vez, pues su significado no puede ser desdeñado. En el capítulo 2 dijimos: «En cualquier sesión de

sanación, sea cual fuere la modalidad utilizada, existen tres componentes físicos: el cliente, el terapeuta y el entorno», y también: «Cuando los tres componentes básicos de una sesión de sanación son armoniosos y actúan a una, los milagros pueden producirse». Un espacio sagrado, creado de forma consciente, armoniza al cliente, al terapeuta y al entorno y abre la puerta al espíritu.

Se suele empezar con la preparación de la habitación o el lugar físico, limpiando el espacio energéticamente e invitando a los poderes de sanación a que trabajen a través de nosotros en beneficio de nuestros clientes. Sin

embargo, la relación entre terapeuta y cliente y el entorno que creamos a su alrededor, incluyendo el entorno interior del sanador y su conciencia de sí mismo, presenta muchas facetas más. Puede que todos conozcamos a alguien que se haya sentido disgustado por una forma de actuar similar a la de un médico junto a la cama de un paciente, que haya dejado de visitar a un sanador o terapeuta porque no se ajustaban a él, que se haya sentido rechazado por el ego del presentador de un taller o alguna circunstancia similar. Con independencia de lo cómodo que sea el espacio físico o lo bueno que sean el tratamiento, las habilidades del terapeuta y el mensaje, la energía y la

actitud de la persona que los proporciona también producen su efecto. Lo reconozcamos o no, todo tiene lugar en un entorno holístico. Sutilezas como los colores, los sonidos, los olores e incluso la energía y el esquema mental de una persona nos influyen. Cuando somos conscientes de estos factores podemos cultivar en consecuencia un continente de bienestar y relación genuina. No importa la modalidad; un verdadero ambiente de sanación incluye, y también las sobrepasa ampliamente, las interacciones visibles entre terapeuta y cliente, el espacio físico en sí y los enfoques utilizados.

En las páginas siguientes vamos a

esbozar algo de lo que nos parece esencial para crear un continente sagrado para tu trabajo, una parte de lo cual puede que ya esté incluido en tu bagaje curativo. También vamos a compartir contigo algunos ingredientes menos reconocidos para dar poder al entorno consciente. Tienes plena libertad para incluir en tu bagaje aquello con lo que te identifiques o adaptar nuestras sugerencias para que se ajusten a tu estilo único.

El cuidado del espacio físico

La mayoría de los sanadores saben por intuición cómo crear un espacio para sus clientes que sea seguro, relajante y que conduzca a una sanación profunda. Nuestro espacio físico de sanación es nuestro mayor bien, un poderoso continente que apoya y establece el tono de nuestro trabajo. En teoría, es cierto que no necesitamos ningún entorno especial para hacer reiki, pero, al crearlo, los reikistas invitan a sus clientes a una experiencia más enriquecedora. El reiki chamánico necesita un espacio protegido para acceder a las esferas imaginativas, en especial para las personas que viajan

por primera vez. Además, como algunos viajes pueden resultar difíciles, el practicante debe hacer todo lo que esté en su mano para suavizar estas experiencias. La forma principal de conseguirlo es hacer que el espacio físico de la sesión resulte seguro y protector. Tanto si realizamos las sesiones en una oficina como en una habitación de nuestra casa dedicada a la sanación o en el cuarto de estar si trabajamos en nuestro apartamento, debemos crear un espacio sagrado.

El primer paso es asegurarse de que la habitación está físicamente limpia y fresca. Los muebles y objetos deben estar libres de polvo, los cristales

limpios y el espacio recogido. A algunos practicantes les gusta limpiar las paredes una vez al mes con agua y un poco de sal marina para mantenerlas limpias de energía negativa y de basura. Al igual que la energía fluye por el cuerpo humano, el desorden y la basura impiden el flujo de energía por una habitación. Un amigo mío cuenta la historia de un aficionado a la energía que se hospedó en su casa. Mi amigo se fue un día temprano a trabajar y no le dio tiempo a recoger después de haber desayunado los dos juntos. Al regresar a casa encontró a su joven huésped de pie en el cuarto de estar agitando alocadamente los brazos y murmurando encantamientos. Con gran satisfacción le

anunció que acababa de limpiar la casa. Esto dejó perplejo a su anfitrión, que vio que los platos sucios seguían apilados sobre la encimera de la cocina. Mi amigo se preguntó cómo aquel experto trabajador de la energía podía pasar por alto las cosas básicas. Acabar con el caos en el entorno físico es fundamental para limpiar su energía.

Nuestra mente y nuestras emociones reflejan lo que nos rodea. Si le prestamos el cuidado y la atención debidos, nuestro entorno puede ayudar a nuestros clientes a sentirse relajados y abiertos. Existen otras condiciones básicas que pueden asegurarlo durante las sesiones. Apagar el teléfono y cerrar

la puerta con llave elimina las intrusiones inesperadas. Hemos escuchado historias de sanadores que interrumpen constantemente las sesiones porque el perro tiene que salir, suena el teléfono o el perro tiene que volver a entrar. Esto puede perturbar y hace que la gente se sienta insegura. El cliente es nuestro principal punto de atención, por lo que cualquier asunto personal que no se haya terminado antes de que llegue debe dejarse a un lado, y todos los factores del entorno deben organizarse de antemano para eliminar las distracciones.

La luz debe ser suave, justo la suficiente para ver con claridad.

Miramos a nuestros clientes a los ojos para poder leer su rostro, su energía y su lenguaje corporal. Empleamos un tono suave. Bajar las persianas y cerrar parcialmente las contraventanas permite contar con una fuente de luz difusa. Si dispones de espacio suficiente, es bueno colocar dos asientos cómodos uno enfrente del otro en los que tu cliente y tú podáis sentaros antes y después de la sesión. Acuérdate de tener a mano agua fresca para beber y pañuelos. Sé consciente de que estar sentado tras una mesa crea una barrera inconsciente, y que sentarse en un sillón mucho más alto o grande que el del cliente sugiere subliminalmente que somos nosotros los que tenemos el poder. Tenemos que

establecer una relación de igual a igual con nuestros clientes. El practicante dispone de habilidades especializadas por las que una persona ofrece un intercambio de energía, normalmente en forma de bienes o de dinero. De todas formas, la relación última se establece entre el cliente y las fuerzas espirituales en las que media el practicante guiado por el yo superior del cliente. Nuestro entorno físico debe reflejar y apoyar estos valores.

La decoración de la habitación constituye, evidentemente, una elección personal. Decora y utiliza el color de forma consciente. Recuerda que los colores nos influyen psicológica,

emocional y físicamente, pues pueden estimular, deprimir, relajar, agitar o acelerar la sanación. Existen muchas fuentes para evaluar la influencia del color y también puedes consultar con un practicante de feng shui. Mejor aún, haz un viaje chamánico en la habitación antes de comprar la pintura y los muebles y pregúntale al propio espacio cómo maximizar sus beneficios de sanación para los clientes y qué colores y tonos generales de sensaciones son los mejores. También puedes viajar al espacio de sanación que ya posees y preguntar qué cambios o giros te sugiere para apoyar mejor tu trabajo.

¿Alguna vez has entrado en un

edificio y has sentido su carácter? O, tras vivir en una casa durante muchos años, ¿has empezado a percibir su personalidad distintiva? Las casas, los edificios y las habitaciones encarnan la energía viva con la que podemos comunicarnos y compartir. Cuando John Perkins llevó a varios chamanes indígenas shuar a la ciudad de Nueva York en su primer viaje fuera de la cuenca amazónica, creyó que la gran ciudad los iba a abrumar. Se quedó atónito cuando uno de ellos subió a un rascacielos y presionó las manos contra el hormigón para conectarse con su energía. Le contó que quizá nuestra cultura tiene demasiados edificios, pero dado que están aquí, necesitan nuestra

atención y gratitud. A este chamán, que había visto a los norteamericanos abrazando árboles en su hogar de la selva, le sorprendió vernos ignorar el espíritu de nuestros propios edificios y hogares.

En el espacio del viaje, meditando o sencillamente sintonizándote con la habitación, pide conectarte con el espíritu de tu espacio de sanación. Establece la intención de recibir asesora-miento, venga en la forma que venga, relacionado con cómo crear un entorno sagrado de sanación. Puede llegarte en el viaje como ideas e imágenes, en un sueño esa misma noche o como un regalo inesperado del

espacio. Puede venir como una sugerencia casual de un amigo que viene a verte. Puede que se te muestre dónde colocar los muebles o la camilla, qué colores utilizar o qué elementos especiales debes llevar a la habitación para inducir tranquilidad, despertar los sentidos y atraer las fuerzas de sanación. Renueva tu conexión con el espíritu de la sala de sanación cada vez que acuda a ti un cliente. También puedes preguntar si hay algún artículo adicional que desee acudir a la habitación para una persona concreta. Confía en las directrices que recibas. No las censures sólo porque no las entiendas. Por ejemplo, si te conectas con un osito de peluche que está escondido en el desván, asume que

existe una buena razón para ello. Pide al espacio que ame y apoye el viaje de tu cliente. Asegúrate de darle las gracias cuando tu cliente se haya ido después de terminada la sesión. Sentirás cómo la energía de la habitación empieza a brillar cuanto más la cuides, la aprecies y la utilices.

Incluso si recibes a tus clientes en una diminuta sala de estar o en un cubículo que has alquilado en la ciudad, haz que ese espacio sea tan protegido, alentador y alerta como puedas. Conéctate con el espíritu de tu espacio de sanación y muéstrale tu aprecio, sea cual fuere su tamaño o su contenido, estableciendo la intención de que tu trabajo sea sagrado.

Una de nuestras alumnas desarrolló su práctica de reiki chamánico desde unos orígenes humildes. Hasta que pudo permitirse comprar una camilla profesional sobre la que trabajar, recibía a sus clientes en la cocina, colocaba un futón decorativo sobre la mesa del desayuno y la utilizaba como su camilla de reiki chamánico. En casos así, cualquier cosa que sugiera que este es el momento y el espacio para la transformación y la sanación de tu cliente tiene un efecto poderoso. Podemos convertir cualquier área en un continente sagrado, hasta una cocina corriente. Sea cual fuere el entorno, debe ayudar al cliente a dejar atrás las

preocupaciones y a estar plenamente presente para poder implicarse activamente en el proceso de sanación.

SANTIFICAR EL ESPACIO

Si tu habitación de sanación tiene que ser sencilla, recuerda que los ingredientes principales para establecer y mantener el tono son tu intención y tu estado de ánimo. Junto con la intención y la consciencia correctas, una simple vela, una piedra especial o un ramo de flores pueden ser lo único que necesitas físicamente para evocar la santidad. Una sencilla vela encendida puede convocar la energía de los cinco elementos: la tierra está representada por la parte sólida; el aire, por las corrientes de aire caliente que se elevan sobre la llama; el fuego, por la llama en sí; el agua, por la cera líquida, y el espíritu es la luz que

irradia de la llama. Encender una vela honra y evoca a los cinco elementos invitando a su presencia y a su influencia sanadora para que despierten en tu espacio de sanación. Si te sientes impulsado a hacerlo, al encenderla afirma en un susurro que cada elemento está presente infundiendo poder y orientación durante toda la sesión.

Si el espacio está reservado exclusivamente para la sanación y tiene un tamaño suficiente como para colocar un pequeño altar, una fuente de agua o un punto focal similar que invoque la presencia de los elementos, eso resulta ideal aunque no es esencial. Los objetos de la habitación deben despertar los

sentidos, tranquilizar la mente y comunicar aprecio y belleza. Los chamanes andinos ecuatorianos nos enseñaron que la belleza de las flores que se frotan sobre el cuerpo del cliente durante la purificación y la fragancia de las aguas aromáticas que se extienden sobre su piel atraen a los espíritus sanadores. El maestro tibetano Chogyam Trungpa Rinpoche enseñó la magia de los *dralas* afirmando que se trata de fuerzas vigilantes naturales a las que se puede acceder en la naturaleza o en un espacio interior. Aunque para la mayoría de nosotros resultan invisibles, se trata de energías vivas que se sienten atraídas por la belleza y la limpieza y que interactúan con nosotros cuando

estamos atentos, presentes y receptivos. Purifica y embellece el entorno, y luego mediante una sencilla oración o invocación expresa tu gratitud a las energías vivas y vigilantes del espacio. Puedes sentirte perceptiblemente más claro y sentir la abundancia de ayuda espiritual que está disponible para tu trabajo.

Como ya mencionamos anteriormente, antes de la sesión debes llenar un vaso o un cuenco de cerámica de agua con sal marina y colocarlo debajo o cerca de tu camilla de reiki chamánico. Si tu habitación de sanación está en un entorno rural o cerca de un parque o un espacio natural, también puedes salir a

coger ramas de árbol para tu trabajo. Mira a ver qué árbol sano te llama. Uno en particular puede ofrecerse para las sesiones de sanación, pero acuérdate de conectarte con su espíritu antes de cortar las ramas. Una forma sencilla de hacerlo es en primer lugar mirar el árbol observando sus detalles físicos y su belleza. Deja que la admiración y la reverencia hacia el mundo natural viviente impregnen tu cuerpo, tu corazón y tus sentidos. A continuación quizá te apetezca colocar la frente o las palmas de las manos sobre el tronco para sentir su energía y su fuerza vital. Deja que la mente y el cuerpo se relajen. Sé uno con el árbol, aunque sólo sea por un momento. A continuación pídele

permiso para cortar tres ramas para la persona que va a ir a verte. Cuando sientas que te concede su permiso, coloca una mano de reiki justo por encima del punto donde vas a coger una rama, allí donde vas a hacer el corte. Al hacerlo siente y expresa tu gratitud por el ofrecimiento. También puedes dejar un poco de pan, unos pétalos de flor o algo de tabaco suelto.

Es posible que entre sesiones te apetezca caminar un poco sobre la tierra para enraizarte, centrarte y sentir tu gratitud. Puedes hacer ofrendas a la tierra y a las aguas invitándolas a participar. Dedica un tiempo a reconocer a la naturaleza como el

círculo sagrado mayor que contiene y apoya tu trabajo. Aunque estés en la ciudad, sigue habiendo tierra, árboles y cielo que rodean y sostienen tu edificio y con los que puedes conectarte, además del edificio en sí. Siente el poder y las energías sanadoras del mundo natural que fluyen a través de ti activándote. Una vez de vuelta, coloca las ramas en tu altar o en un paño especial sobre una mesa y tenlas al alcance de tu mano durante la sesión. Puede que también quieras utilizar sonajas, un tambor, plumas, cristales, piedras sagradas, flores o cualquier otro elemento, y debes tenerlos a mano. Recuerda que tu cliente puede salir al exterior para ofrecer otra vez a la tierra las ramas y flores que

hayáis usado una vez terminada su sesión. (Los objetos recogidos de la naturaleza y otros elementos naturales como las flores sólo se utilizan para una persona y en una única sesión de sanación.) Purifica los demás objetos en el agua con sal marina y colócalos al sol para limpiarlos y recargar su energía.

Los sanadores energéticos y espirituales a menudo perfuman sus habitaciones de sanación colocando unas gotas de aceite esencial, por ejemplo de lavanda o salvia (relajantes), en un plato de agua situado sobre un difusor de vela o queman incienso, por ejemplo incienso o mirra (ofrecen protección y abren los velos

que separan los mundos). Del mismo modo, los practicantes chamánicos suelen *ahumar* la habitación o a sus clientes prendiendo un pequeño manojo de plantas y luego apagándolo para que el humo pueda limpiar las energías estancadas y atraer a los espíritus capaces de ayudar. Los chamanes tibetanos y siberianos utilizan junípero para purificar y para celebrar ceremonias, mientras que otros emplean salvia, hierba del bisonte, cedro o maderas aromáticas. Sin embargo, como muchas personas son alérgicas a los aceites esenciales, el incienso, el humo y los aromas, debemos asegurarnos de antemano si existe algún tipo de sensibilidad. Una solución consiste en

abrir las ventanas y ahumar o perfumar la habitación antes de que llegue la persona, de forma que los aromas se hayan disuelto en su mayor parte antes de la sesión.

Los reikistas de segundo nivel y superiores pueden evocar los símbolos reiki en el espacio para empoderarlo antes de las sesiones visualizándolos en el espacio o dibujándolos en el aire con la mano. Otro método chamánico alternativo consiste en soplar con el aliento del espíritu integrando los símbolos en el espacio. Esto puede hacerse dibujándolos ante ti con la mano o visualizándolos, y luego, con un fuerte soplido, echar el aire entre ellos viendo,

sabiendo o sintiendo cómo su energía recorre toda la habitación. Planta los pies firmemente sobre el suelo y siente tu conexión con la tierra antes de hacerlo percibiendo cómo el poder del espíritu llena tu aliento mientras soplas atentamente hacia los símbolos.

Otras formas de asegurar un espacio energéticamente brillante, si no se ahúma ni se emplean aceites esenciales o incienso, consisten en amplificarla mediante la vibración del sonido. Toca el tambor o las sonajas, campanas o campanillas, da palmadas o canta. Cada una de estas cosas posee unos efectos y vibraciones distintivas. Puedes combinarlas, utilizar una después de otra

o emplear aquellas que te llamen para que las uses con clientes concretos o en circunstancias específicas. Algunos métodos apacibles y discretos, pero igual de efectivos para limpiar el espacio antes de la llegada de un cliente, consisten en abrir las ventanas y dejar que el aire fresco y el sol se cuelen en la habitación, o visualizar una luz brillante que inunda el espacio. También puedes agitar una pluma por toda la habitación para limpiar y dispersar la energía, rociar ligeramente cada una de las zonas de tu espacio con agua con sal marina (los fumigadores para plantas van muy bien) o sumergir flores blancas en agua consagrada y luego agitarlas para rociar la habitación.

Este último método combina la suave vibración de las flores con el elemento purificador del agua. Nuestros alumnos consagran agua colocando un vaso o cuenco de cerámica lleno de agua de pozo, de manantial, de río o de lluvia en el exterior o en el alféizar interior de una ventana bajo un cielo estrellado o durante tres noches a la luz de la luna llena. El agua absorbe las vibraciones de las estrellas y la Luna. Es una forma estupenda de incorporar las energías de la luna llena, y el agua de estrellas o de luna puede utilizarse en ceremonias, para hacer trabajo de sanación o para alegrar un espacio. Los practicantes de reiki de segundo nivel o superiores

también pueden dibujar o visualizar los símbolos reiki en el agua o convocarlos en el aire justo encima del cuenco y luego soplarlos hacia el agua de estrellas o de luna. Una estudiante hizo una variación creando un *jardín de luna*. Además de utilizar agua de estrellas o de luna, esta mujer plantó multitud de flores blancas que relucen bajo los cielos nocturnos. Cuando están saturadas de luz de estrellas o de luna, recoge aquellas que piden ser utilizadas para consagrar y sanar.

Con independencia del método que emplees, establece y mantén tu intención mientras limpias e iluminas el espacio. No te olvides de los rincones del suelo y

del techo donde se acumula y densifica la energía. Visualiza, siente o simplemente conoce que el modo que estás empleando consiste en eliminar el estancamiento, el desorden energético y la basura y en llenar el espacio de energía refulgente y santificada. Si sientes el impulso de moverte o bailar por el lugar, síguelo. Sincronizamos la mente y el cuerpo y cambiamos la energía del espacio que nos rodea y la nuestra meditante el movimiento reflexivo en consonancia con fuerzas espirituales mayores que pueden expresarse poderosamente a través de nuestro cuerpo y nuestra voz. Cuando trabajamos talleres grandes, a menudo pedimos a la gente que se levante a

bailar o a moverse alegremente por la habitación para mantener la energía del espacio, y de todas las personas que lo ocupan, conectada a tierra y expansiva. No pienses en lo que estás haciendo, sencillamente sigue tu impulso, confía y disfruta. Si te vienen un cántico, una oración o unas palabras, dales voz o canta tu proclamación para activar el espacio sagrado. Puedes canalizar sabiduría de otras épocas o lugares.

Asegúrate de abrir una grieta en una ventana o una puerta mientras haces una limpieza energética, en especial si estás ahumando, para que la energía densa tenga una vía de escape. También puedes visualizar en el centro de la

habitación un vórtice de energía reiki, una espiral de energía de vida universal, que está constantemente barriendo las energías discordantes hacia arriba para sacarlas de la habitación a través del techo y el tejado. Puedes establecer la intención de que esta espiral siga en su lugar durante toda la sesión para disolver la forma una vez terminada. No pienses acerca de dónde va la energía discordante ni temas que pueda hacer daño en otro lugar. La energía no es mala por sí misma, pues todo está iluminado en su origen. Todo aquello que fluye hacia la espiral de reiki es inmediatamente transmutado y reciclado en la fuerza de vida universal. La habitación y tú os volveréis cariñosos y

alegres al realizar este proceso.

Con el tiempo, y gracias al juego con estos métodos y a la inmersión en el reiki, tanto nuestras habitaciones de sanación como nosotros mismos nos sintonizamos con unas vibraciones superiores más ligeras. Al fundirnos con estas fuentes, se despierta

LA MÚSICA Y LOS ESPÍRITUS GUÍA

Una música suave y meditativa resulta tranquilizante y relajante y ayuda a las personas a entrar más en sus cuerpos y sus emociones. Existen poderosas herramientas de audio para sanadores que incluyen música para sintonizar los hemisferios cerebrales y limpiar y activar los centros de energía o chakras y sonidos naturales que reverberan las fuerzas elementales por toda la habitación y hacia el interior de los cuerpos físico y energético del cliente. También podemos encontrar discos compactos de sonidos de tambores y música diseñada para los viajes chamánicos. Podemos tener música

durante toda la sesión, incluso durante las conversaciones, de forma que sea como un telón de fondo sutil y potente. Cuando resuenan las cualidades físicas y energéticas de la habitación, los clientes se deslizan con facilidad a un estado receptivo. Nuestro objetivo consiste en ayudarles a abrirse a cualquier cosa que ocurra durante el tiempo que pasamos juntos.

Tras crear tu entorno de sanación, mantente relajado y conectado a tierra para ser un conductor libre del espíritu y del reiki. Tu intención es crear un continente luminoso para el trabajo, canalizar las energías beneficiosas para tu cliente y a continuación liberar el

resto al espíritu. Olvídate de los resultados. Cualquier cosa que suceda es lo que debe suceder. El espíritu nos da lo que necesitamos, muchas veces de formas sorprendentes y por unas razones que jamás entenderemos. Puede que esto no sea lo que un cliente esté buscando en ese momento, así que debemos mostrarnos comprensivos con independencia de lo que salga. No podemos arrogarnos el mérito de una sanación espontánea ni sentirnos responsables de lo que se percibe como un resultado insatisfactorio. El practicante es sólo el intermediario. La sanación se desenvuelve en la sincronización y las circunstancias perfectas que dirigen el espíritu y el yo

superior de nuestro cliente. Las sesiones no tienen jamás aspectos negativos y es importante aceptar que todo lo que ocurre sucede por una razón, sin que influya nuestra capacidad para comprenderlo.

Al caminar por el sendero chamánico y profundizar nuestra relación con los guías de reiki y reiki chamánico (véase capítulo 7), podemos establecer una gran cantidad de relaciones con guías y maestros no físicos. Algunos adquieren más importancia que otros, pues nos tocan una cuerda más profunda de nuestro ser. Nada sucede en un vacío, e integrar ayudantes espirituales al concepto de espacio sagrado nos aporta

más poder a nuestro trabajo y a nosotros.

Lo maravilloso de convocar a los guías es que, cuando lo hacemos, ellos permanecen con nosotros durante toda la sesión, por lo que podemos pedirles ayuda en cualquier momento. Puede que los percibamos como una vibración tangible, que se nos ponga la carne de gallina o que nos entre un hormigueo cuando notamos que entran en el espacio. Les pedimos que guíen el proceso en bien de nuestro cliente y podemos invocarlos de cualquier forma o manera que nos parezca correcta.

De forma parecida a como nos hacemos uno con el reiki cuando este se

canaliza a través de nosotros, podemos fundirnos con nuestros guías de reiki chamánico. La forma más sencilla de hacerlo es visualizarlos como uno con nosotros, sintiendo realmente su energía. Invitamos al guía a que dirija su energía a través de nosotros durante la sesión en beneficio de nuestro cliente. Una vez terminado el trabajo, les damos las gracias y los liberamos.

Cuando trabajamos con un cliente durante un cierto tiempo también podemos invocar a sus propios ayudantes espirituales o invitarle a que lo haga. Algunas personas buscan el reiki chamánico para resolver temas concretos o durante una crisis, pero

otras acuden regularmente como una estrategia general para mantenerse despejadas, sanas y espiritualmente alineadas. Los clientes con los que tenemos más intimidad pueden compartir con nosotros esas imágenes, personas, animales u objetos que les evocan sanación y transformación. También podemos facilitarles un viaje chamánico para que descubran a sus guías.

DAR FORMA AL CONTINENTE

En una sesión de reiki chamánico, la relación sanador-cliente es sagrada y confidencial. Los límites pueden tener una mala reputación inmerecida, pero ignorarlos da pie al caos y a la falta de confianza. No debemos hablar acerca de lo que sucede en una sesión fuera de ella, y eso es algo que dejamos claro desde el primer encuentro. Eso permite que aquellos a los que servimos se relajen, se abran más acerca de lo que realmente les está sucediendo y se impliquen de una forma más auténtica en la relación sanador-cliente.

También es preferible dejar clara la

duración de las sesiones y lo que pedimos a cambio de ellas. Como estamos con la gente durante un periodo más prolongado e interactuamos de forma creativa con el espíritu y la naturaleza, nunca nos comprometemos a terminar en un minuto exacto. Indicamos que la sesión comienza a una hora concreta y termina dentro de un intervalo de media hora, pongamos entre 3.00 y 3.30. Somos flexibles, pero claros. Considera que los mejores límites son aquellos que ofrecen forma, pero respiran con la vida que pretenden acentuar y nutrir. Una menor ambigüedad da pie a una menor confusión. Al saber qué pueden esperar, los clientes se sienten confiados.

Todos hemos oído hablar de sanadores que afirman que nadie debería recibir nada a cambio de un trabajo espiritual. Sin embargo, en la sanación reiki y en el chamanismo, el intercambio no sólo ayuda a los clientes a valorar y a responsabilizarse de su sanación, sino que representa un flujo de energía vital y recíproco. La energía que entra tiene que equilibrarse con la energía que se ofrece hacia fuera. La contribución está destinada a los espíritus y a las fuerzas sanadoras, para las que el sanador facilita el acceso. El practicante recibe una compensación por esto y por su tiempo. Podemos resaltar esta relación haciendo que los clientes coloquen lo

que dan a cambio de la sesión en un altar o cerca de unos objetos sagrados. Con ello expresan su gratitud por el trabajo del espíritu en su favor. Cuando más tarde lo recoge del altar, el reikista lo recibe simbólicamente del espíritu.

El intercambio puede hacerse de muchas formas, y en los pueblos andinos chamánicos se ofrecen incluso pollos vivos, un regalo tradicional a los espíritus de la tierra, los manantiales sagrados y los volcanes. Para nuestras sesiones, aceptar pollos vivos no funciona, por lo que una escala variable de tarifas hace que la sanación esté al alcance de cualquiera con independencia de su poder adquisitivo.

Cuando nos sentimos cómodos haciéndolo, un intercambio por bienes y servicios nos libera del sistema monetario y honra la creatividad y las habilidades de los miembros de la comunidad.

Crear un continente consciente para las sesiones es tan importante como limpiar el espacio físico. Otro aspecto fundamental es el transcurso de la propia sesión. Lo más importante es el principio y el final. Los sanadores que se centran exclusivamente en el trabajo en la camilla no se dan cuenta de los efectos o de la oportunidad de lo que viene antes y después. Lo presentes que estemos, la profundidad que adquiera el

trabajo, lo conectados a tierra que se sientan nuestros clientes al final de la sesión, la suavidad con la que integren las cosas cuando se vayan, todo ello se ve reforzado por un principio y un final claros.

Algunos practicantes empiezan las sesiones con una respiración relajada y luego se sientan a meditar en silencio con sus clientes. Esto los alinea a ambos y establece las energías mentales y físicas. Los practicantes pueden sintonizarse psíquicamente en ese momento estando plenamente presentes en todo lo que observan, perciben y sienten. También pueden convocar a sus guías de reiki chamánico o

transformarse en ellos. Los clientes pueden convocar a sus propios guías espirituales o a cualquier cosa que les evoque la sanación, la comodidad y el poder. Este tiempo de silencio puede tener una gran profundidad y permite a las emociones burbujear hasta la superficie para acelerar el trabajo que viene a continuación. Antes o después de la meditación, sacar unas cartas de un mazo espiritual puede reflejar lo que los clientes tienen más presente. Podemos colocarlas bajo la camilla de reiki chamánico y dejarlas allí durante toda la sesión. El ritual de la vela y el viaje de *Purificación con los elementos* (ambos en el capítulo 5) pueden realizarse también en este rato de inicio. Estas

formas de abrir hacen que la conversación sea más conectada y útil y el trabajo más enriquecedor.

Al terminar, los clientes necesitan un tiempo de transición. Después de levantar la última mano de reiki, tócalos con suavidad en el hombro y susúrrales que estarás de regreso en diez minutos. Eso les permite regresar de la realidad alternativa a su modo. Hazles saber que deben dedicar un tiempo a regresar plenamente a esta realidad antes de incorporarse despacio. La música debe seguir sonando. Tráeles un vaso de agua fresca y pídeles que la beban cuando estén sentados. Mientras lo hacen pueden cerrar los ojos e imaginar que el

agua es una luz sanadora líquida que los reconforta por dentro.

Durante el reiki chamánico el campo de energía se expande, y las personas difieren en la cantidad de tiempo que necesitan para integrar estos cambios. Si dan la sensación de estar ausentes, asegúrate de que no cogen el coche hasta no estar totalmente conectados a tierra. Establece contacto ocular, frótales los pies para devolver la energía al cuerpo y hazles que se conecten con la tierra. Puede resultar útil colocarles unas piedras purificadas en las palmas de las manos (las piedras boji funcionan bien). Si dan la impresión de estar desorientados, haz que gateen por el

suelo. Frotarles la espalda a partir de la zona del corazón protege y sella con suavidad la energía de esa área, un lugar que suele estar vulnerable después de realizar un trabajo emocional. La conversación debe ser consciente e impulsada por el cliente, aunque en principio se aconseja permanecer juntos en silencio. Incorporarse tras una sesión energética es como despertar de un sueño; la experiencia resulta más serena cuando nos tomamos nuestro tiempo y aplicamos una ternura consciente.

Al cerrar una sesión dejamos clara nuestra disponibilidad, por si aparece algo inesperado y la persona nos necesita después de abandonar nuestro

espacio de sanación. Le sugerimos que dé un paseo para tomar el aire fresco del campo o una vuelta a la manzana antes de dirigirse a casa. Es un buen momento para ofrecer a la tierra cualquier planta que se haya utilizado durante la sesión y sentir gratitud por lo que se ha recibido.

EL ENTORNO INTERIOR DEL PRACTICANTE

A pesar de las numerosas sugerencias que existen para crear un continente seguro y sagrado para el reiki chamánico, lo único que debes sacar en consecuencia es lo siguiente: en último término, todo es sagrado. Los pollos que entran y salen del espacio de sanación del chamán son tan sagrados como las antiguas piedras incas que adornan su altar. Podemos crear espacios poderosos de sanación de la forma que hemos descrito anteriormente, pero cuando atendemos a alguien que necesita nuestra ayuda en una ajetreada esquina de la calle o en el frenético entorno de

un hospital podemos evocar la sacralidad en ese lugar. Nuestras herramientas de sanación más potentes son nuestra intención y nuestro estado de ánimo.

¿Cómo podemos cultivar una presencia capaz de asentar el caos, evocar sacralidad e irradiar compasión en cualquier situación y bajo cualquier circunstancia? De muchas formas. Los estudiantes de posgrado de Psicología de la Universidad Naropa (Boulder, Colorado, EE.UU.) basan su trabajo terapéutico en la meditación y las prácticas cuerpo-mente. Los programas hacen hincapié en que nuestro propio estado de ánimo ejerce un profundo

efecto sobre los demás y es la base de cualquier relación curativa. Estamos en comunicación compasiva con el mundo e influimos y nos vemos influidos por todo lo que nos rodea. Las buenas matronas le sacan el máximo partido permitiéndose grandes y expresivos bostezos en presencia de las parturientas para ayudarlas a permanecer relajadas y abiertas.

Cuando estamos creando un continente sagrado para nuestro trabajo no podemos pasar por alto la influencia de nuestra propia energía. No tenemos que ser perfectos, pero sí estar presentes. Con ello permitimos que la persona con la que estamos trabajando

haga lo mismo. Es una práctica invisible que resulta sanadora en sí misma, y es sorprendente lo rápido que las personas captan lo presentes que estamos. Al igual que los practicantes de reiki chamánico leen la energía, los clientes leen el movimiento, el habla y la respiración del reikista. Conocen de un modo intuitivo todo lo que ha sufrido, lo que ha sanado y lo que ha barrido debajo de la alfombra.

La práctica de la sanación reiki también nos ayuda a evocar sacralidad en el acto. Al canalizar y fundirnos con la fuerza de vida universal nos sintonizamos con los estados superiores, abrimos el corazón y nos hacemos más

presentes. Esto nos despierta a un estado de ánimo expandido, y no sólo cuando estamos practicando reiki. Empezamos a comprender que nada es independiente de la consciencia universal y que la sacralidad está siempre presente, siempre accesible. Sólo tenemos que poner la intención de reconocerlo.

Además de meditar, desarrollar una relación con nuestros guías espirituales y los elementos y hacer reiki, mediante la práctica siguiente podemos cultivar una presencia sanadora antes de que las personas acudan a las sesiones, estar presentes cuando alguien necesita nuestra ayuda en una esquina cualquiera o inundar un entorno hospitalario

caótico de energía sagrada y sanadora.

La práctica que denominamos *Respiración de luz* tiene variantes en muchas culturas. Nos ayuda a abrir nuestro corazón y a permanecer conectados a tierra, pero expansivos. La práctica regular hace que estos efectos resulten fáciles de iniciar e irradiar

PREPARACIÓN PARA LA PRÁCTICA DE *RESPIRACIÓN DE LUZ*

Busca un sitio cómodo en el que sentarte durante un rato y donde no te vayan a molestar. Dedica un tiempo a estirarte y a liberar cualquier tensión que tengas acumulada en el cuerpo. A continuación quédate sentado y respira durante unos momentos a una velocidad y ritmo normales. Establece la intención de dejar a un lado las preocupaciones y las distracciones. Dedica un tiempo simplemente a ser.

Observa la sensación que te produce tu respiración al entrar y salir de tu cuerpo. Percibe las sensaciones del aire

en la nariz y los labios y su movimiento por todo tu cuerpo y observa el ritmo de tu respiración. ¿Es suave y espaciosa como una brisa primaveral o agitada y entrecortada en el pecho? Lleva tu atención a las cualidades de la respiración sin juzgar ni intentar cambiar nada. Respira de este modo durante un rato limitándote a observar.

Al cabo de unos instantes deja que tu respiración se relaje y se haga más profunda, llevándola hasta la parte inferior del vientre. Afloja el vientre y la zona lumbar para que el aire pueda moverse con más libertad por ellos y deja que el abdomen se expanda de forma natural con cada inhalación. El

aire llena primero el vientre para luego ascender y llenar el pecho y los pulmones. La exhalación lo suelta todo a su propio ritmo. Respira profundamente hacia todo tu cuerpo dejando que el aire penetre en cada uno de sus componentes: huesos, tejidos, ligamentos, músculos, células, órganos, emociones, pensamientos, espíritu. Los hombros están caídos, relajados, la boca ligeramente abierta con la mandíbula suelta, y las caderas, relajadas.

Mientras respiras, siente el contacto firme de tu cuerpo contra el suelo y percibe tu conexión con la tierra bajo tus pies. Siente la pesadez y el peso de tu cuerpo y la protección, el apoyo y la

energía sanadora de la tierra. Al mismo tiempo, siente el espacio que te rodea en la habitación, luego el espacio exterior, fuera de las paredes y el techo, hasta los árboles, el cielo y más allá. Siente todo esto en tu cuerpo mientras permaneces plenamente en la habitación. Continúa respirando de forma relajada y a tu propia velocidad sintiendo el ritmo simple de tu respiración.

Recuerda que siempre puedes regresar al ritmo de tu respiración. Esto puede tonificar tu cuerpo, aportar espacio y atención a una mente ocupada y ayudar a integrar las emociones. Cuando la respiración es suave y plena, la mente se relaja y los sentidos

despiertan, percibimos las cosas con más riqueza y disponemos de energía abundante. La respiración oxigena la sangre, libera toxinas y nos alinea con los ritmos físicos básicos de nuestro cuerpo, así como con el flujo de la sangre y el latido del corazón. Además, nos conecta con los ritmos energéticos de nuestro cuerpo y con las energías sutiles de la Tierra y del cosmos.

LA PRÁCTICA DE LA *RESPIRACIÓN DE LUZ*

A partir de este punto, las instrucciones son sencillas. Al exhalar, permanece plenamente presente en tu cuerpo y en la habitación. Al mismo tiempo, extiende tu consciencia hacia fuera con la exhalación liberando con ella cualquier cosa que esté lista para abandonarte: tensiones, preocupaciones, dolor, constreñimiento o confusión. Sencillamente, déjalas que se vayan. Siente cómo tu atención se expande hasta los últimos confines del universo, a los horizontes lejanos, o exhala tu respiración a las profundidades de la Tierra, si lo prefieres. Expande tu atención hacia fuera con la respiración,

pero permanece con las sensaciones de tu cuerpo. Éstate plenamente presente en la habitación. Siéntete parte del vasto espacio que te rodea y, al mismo tiempo, permanece plenamente en el aquí y el ahora.

En esta exhalación ábrete para recoger y recuperar la luz luminosa, refulgente y sanadora de estos vastos espacios. Traerás esta energía sanadora de vuelta a ti en la siguiente inhalación. Aspira esta fuerza de vida por la nariz y la boca con tu respiración, pero siente también cómo entra por cada poro de tu cuerpo, a todo tu alrededor. Siente cómo esta luz penetra y recarga cada una de tus células, músculos, órganos, huesos,

tendones y tejidos, así como tu emoción, tu mente y tu espíritu. Nota cómo la luz te nutre, revitaliza y llena de energía.

Continúa con la práctica de la *Respiración de luz* a tu propio ritmo hasta que estés lleno de luminosidad. Quizá percibas sensaciones palpables de esta luz cayendo en cascada por todo tu cuerpo. En cada exhalación te expandes y liberas todo aquello que deba irse. Con cada inhalación recoges y recuperas la brillante energía de la fuerza de vida, abundante en las vastas extensiones del espacio que te rodea y en la tierra, y respiras este alimento para revitalizar cada parte de ti y de tu cuerpo. Mantente centrado y plenamente

en tu cuerpo. No estás expulsando *fuera* de tu cuerpo con la respiración, sino personificando plenamente, expandiendo *hacia* tus cualidades esenciales.

Continúa unos cinco minutos dejando que las sensaciones y la fuerza de vida crezcan en tu interior. La luz se irradia más allá de los límites de tu cuerpo físico hacia el espacio que te rodea. Emanas luz sanadora. No tienes que definir una estrategia para esta energía, sino sólo saber que se vierte a tu alrededor y que se concentra especialmente en tu corazón y en tus manos.

Sigue así un rato y luego deja que la práctica y las sensaciones se disuelvan

con suavidad. Regresa a un patrón normal de respiración. Es ideal salir a dar una vuelta para integrar las energías. Camina de forma consciente observando cómo te sientes.

La *Respiración de luz* nos sintoniza con la luz universal. No es la luz polarizada de *luz frente a oscuridad*, sino la cualidad no-dual, terrenal o esencial, de todo. Esta práctica nos ayuda a convertirnos en conductos abiertos para el espíritu y a irradiar una energía sagrada consciente a los demás y al entorno. También puede enseñarse a los clientes como una herramienta de sanación, y su práctica regular nos hace más fácil hacerla sobre la marcha.

Cuando hayas adquirido mucha práctica, resulta sencillo obtener sus beneficios siempre que los necesites. Incluso en una convulsa habitación de hospital o en cualquier esquina concurrida de la calle, al pensar en la práctica puedes inmediatamente conectarte con la energía y la claridad de esta luz e irradiarla. Se convertirá en algo automático y disponible simplemente mediante la intención.

CAPÍTULO 11
SANACIÓN REIKI CHAMÁNICA A DISTANCIA

Llegado a este punto ya tienes que tener claro que debes aceptar de este libro aquello que se identifique con tu camino único como practicante de reiki chamánico cuya orientación principal deriva del espíritu. Nuestro objetivo ha sido ofrecerte un repertorio creativo de enfoques de la sanación que empodere tu

trabajo por encima de la técnica. Es especialmente importante que tengas eso en cuenta mientras lees este capítulo, puesto que la sanación a distancia exige una adaptación personal y una alianza clara con el espíritu. En lugar de repetirlo en todas las páginas siguientes, vamos a decirlo ahora de forma sucinta. Asimila lo que leas, cámbialo o incorpóralo de una forma que armonice contigo y con tus clientes y recuerda que lo que dirige la energía es la intención.

La sanación a distancia es exactamente lo que su nombre implica, en este caso ofrecer reiki chamánico aunque el cliente y el practicante no estén juntos en la misma habitación. No

existe un límite a la distancia que pueda separar a ambos. Llevamos años practicando la sanación a distancia y nos ha funcionado todas las veces, tanto si los clientes están a un kilómetro de distancia como si están a miles. Las lecturas energéticas son asombrosamente exactas y podemos ver resultados positivos aunque jamás nos hayamos encontrado con la persona con la que estamos trabajando. ¿Cómo es eso posible? El espíritu y la energía reiki trascienden a la localización, el tiempo y el espacio. La fuerza de vida universal es no-dual por naturaleza y no está restringida por las leyes que rigen una realidad tridimensional. Puede moverse hacia atrás en el tiempo e

incluso saltar al futuro. En la perspectiva chamánica esto se representa mediante el concepto de unicidad. Estamos conectados a través del tiempo y el espacio por luminosos filamentos de energía y, al igual que internet es una red de comunicación, esta red viviente de luz informa y conecta entre sí a toda la vida sintiente. (Se trata de un nivel incondicional y más intrínseco de conexión que las cuerdas luminosas dependientes o incluso benéficas que mencionamos en el capítulo 3.) Mediante una intención clara podemos llegar a cualquier persona, época o lugar. Podemos tener acceso a la información y traer energía

hacia nosotros a través de estos filamentos de luz, y a través de ellos también podemos extender la energía sanadora y la compasión hacia fuera, a los demás.

La sanación a distancia adopta muchas formas y cruza diversas fronteras culturales y religiosas. La mayoría de nosotros extiende la energía de sanación de manera rutinaria, pues puede consistir en algo tan sencillo como murmurar una oración para nuestros hijos, proyectar consuelo cuando pasamos junto al escenario de un accidente, enviar pensamientos positivos a un universitario que se está examinando o irradiar esperanza a las

víctimas de una tragedia al otro lado del mundo. En lugar de intentar explicar el fenómeno, vamos a exponer algunos ejemplos. Sin embargo, la mejor validación para la sanación a distancia la obtendremos mediante nuestra propia práctica y al comprobar sus resultados.

Hace muchos años el chamán brasileño Ipupiara Makunaiman impartió un taller chamánico en el Misty Meadows Center de Lee, Nuevo Hampshire (EE. UU.). Una mañana inició una meditación en grupo para acceder a la energía de sanación ofrecida por una amiga suya chamana, de Perú. Los participantes se sentaron en círculo, se cogieron de la mano y cerraron los ojos.

Ipupiara caminó por la habitación cantando suavemente mientras las veintitrés personas se abrían a la energía de la chamana peruana. Al cabo de un corto espacio de tiempo una de las participantes del grupo comenzó a sacudirse. Enseguida su cuerpo vibraba con tanta fuerza que Ipupiara dejó de cantar y pidió ayuda para tumbarla en el suelo. Los participantes se congregaron a su alrededor, la taparon con una manta y le pusieron una almohada debajo de la cabeza. Ipupiara les pidió que colocaran las manos sobre el cuerpo de la mujer para equilibrar las poderosas fuerzas que estaban siendo canalizadas a través de ella desde Perú. Esa persona era simplemente el punto focal o conducto

de la energía que debía alcanzar a todo el grupo. Muchos colocaron sus manos sobre ella hasta que las sacudidas cesaron. Cuando abrió los ojos describió que había viajado por la realidad alternativa hasta una mujer indígena vestida con ropas de vivos colores que cantaba una melodía cautivadora. Los sonidos evocaban una energía palpable que fluía hacia el corazón de la participante, y las sensaciones cálidas y dichosas aún irradiaban de su cuerpo. Los participantes podían percibir esta fuerza que emanaba de ella. Dijeron que era como estar envueltos en amor.

La sanación a distancia y el reiki

Para los chamanes, así como para los reikistas de segundo nivel o superiores, la sanación y la transferencia de energía benéfica a distancia es una práctica común. Podemos contarte más historias y procedimientos a distancia, pero antes de entrar en más detalles vamos a analizar una serie de temas.

En primer lugar, como la sanación a distancia tradicionalmente se enseña sólo en la formación de reiki de segundo nivel, uno podría preguntarse cómo puede participar un reikista de primer nivel en las prácticas que presentamos en este libro. Nosotros aconsejamos

iniciarse en el segundo nivel para disponer de la capacidad de aplicar símbolos que dirijan la energía reiki a través del tiempo y el espacio. Sin embargo, como los chamanes y muchos otros sanadores y practicantes espirituales envían energía a distancia sin emplear símbolos reiki, tú también puedes hacerlo. Los practicantes de reiki de segundo nivel abren las sanaciones a distancia con unos símbolos dirigidos a enviar energía a otros lugares. Los reikistas de primer nivel pueden centrarse en los aspectos chamánicos del trabajo a distancia, aunque comiencen las sesiones pidiendo al reiki que cargue su espacio de sanación y guíe la curación a distancia.

A continuación pueden hacer reiki sobre sí mismos y viajar a la energía reiki para fundirse con ella (véase capítulo 7) y pedirle que aliente su trabajo. La práctica de la *Respiración de luz* que vimos en el capítulo anterior es también una herramienta estupenda para infundir la fuerza de vida universal en la persona y en el espacio.

En segundo lugar, como esto no es un manual de reiki, no vamos a extendernos en la forma de utilizar el símbolo de la distancia ni a describir técnicas que pueden enseñar los maestros de reiki para realizar sanaciones a larga distancia. Los practicantes de reiki de segundo nivel y superiores ya saben

cómo enviar reiki a través del tiempo y del espacio, por lo que pueden incorporar esta parte de la sesión a distancia en la siguiente descripción. Como hemos hecho a lo largo de todo el libro, vamos a ofrecer formas de integrar los procedimientos chamánicos en la sanación reiki.

PUESTA EN MARCHA DE UNA SESIÓN A DISTANCIA

Las personas buscan las sesiones a distancia por las mismas razones que pueden buscar las sanaciones en persona: como apoyo en los cambios de vida y cuando se enfrentan a problemas físicos o sufren una enfermedad que pone en peligro su vida; para permanecer equilibradas y relajadas; en busca de información acerca de problemas específicos y decisiones importantes; para eliminar cargas emocionales y liberar patrones no deseables; para crecer espiritualmente; para mejorar sus relaciones; para empoderar su propósito de vida y su

dirección, etc. A pesar de las coincidencias, los individuos, las circunstancias y los resultados son siempre únicos.

El trabajo a distancia ofrece una relación especial e íntima cuyos beneficios pueden durar semanas, meses o incluso años. La forma en la que se lleva a cabo es similar a la del trabajo en persona. Una sesión de reiki chamánico a distancia es un paquete de sanación intensiva que requiere la plena participación del cliente. Desaconsejamos dejar pasar menos de seis meses entre sesiones a menos que existan circunstancias especiales. De esa forma las personas pueden utilizar

las herramientas, conocimientos y prácticas que ofrecemos para ayudarles a efectuar las variaciones que desean y anclar los cambios energéticos que ha iniciado el trabajo. Los clientes pueden recibir apoyo durante este tiempo a través de consultas telefónicas.

Las sesiones a distancia se acuerdan por adelantado y, para facilitar nuestra conexión, los clientes deben proveernos de ciertos elementos antes de que empecemos el trabajo. Normalmente describimos el proceso de sanación por correo electrónico y damos una lista de los objetos que necesitamos y dónde enviarlos (oficina o apartado de correos). El artículo más significativo

de todos los que mandan los clientes es su fotografía. Pedimos que nadie más aparezca en ella para no distraernos cuando la miramos ni recoger la energía de otra persona. Preferimos imágenes de cuerpo entero porque la forma del cuerpo y su postura, así como la expresión de la persona y el fondo, transmiten mucha información. Junto con la fotografía, el cliente debe enviar unos cuantos cabellos, una pequeña muestra de escritura manuscrita en un trozo de papel (en la que haya escrito cualquier cosa que le inspire) y una pequeña prenda de ropa de fibra natural que haya llevado recientemente (de un material inflamable y algo que no tengamos que devolverle, como por ejemplo una

camiseta). También debe incluir lo que se pide a cambio del trabajo.

Los chamanes creen que las personas irradian una energía personal que permea su ropa, sus joyas, las llaves de su coche o de su casa y otros objetos. A través de ellos se puede leer su energía individual, a la que también se puede acceder a través de un mechón de su cabello, en la vibración de su nombre y mediante su fotografía. Por eso, las personas que viajan miles de kilómetros para trabajar con chamanes en localidades remotas pueden sentirse decepcionados si deseaban regresar a casa con fotos de sus maestros indígenas. Muchos chamanes no desean

que se acceda a su energía a través de su imagen. Por ese mismo motivo, son capaces de hacer unas lecturas asombrosamente exactas de fotografías de otras personas y utilizar estas imágenes o las prendas de ropa para extender la energía sanadora a aquellos que no pueden hacer el viaje. La intención por sí sola es suficiente para enviar energía allí donde se necesita. Sin embargo, el uso de objetos imbuidos con energía personal ofrece un foco concreto y una entrada fácil al campo energético.

Cuando nos llegan los objetos mandamos un mensaje por correo electrónico al cliente para planificar una

llamada telefónica de diez minutos. Le proporcionamos nuestro número y él nos llama a la hora establecida. Como preparación para la conversación pedimos a la persona con la que vamos a trabajar que reflexione sobre lo que le resulta más presente, lo que está más en su corazón. La llamada comienza con unos momentos de silencio en los que tanto el practicante como el cliente hacen unas respiraciones profundas, relajan el cuerpo y la mente y permiten que las distracciones exteriores se asienten. El practicante puede acudir a su lugar sagrado, establecer su intención en favor del mayor bien del cliente y transformarse en la energía de un guía de reiki chamánico para que su presencia

pueda dirigir el intercambio. También puede sencillamente establecer su intención en favor del mayor bien de su cliente, respirar, relajarse y hacerse presente. Los reikistas de segundo nivel o superiores pueden evocar el símbolo de la distancia y los demás símbolos y proyectar reiki a la persona que está al otro lado de la línea.

El propósito de esta llamada es el de conectar, establecer la confianza, invitar a nuestro guía a trabajar en consonancia con el yo superior del cliente y fortalecer nuestro vínculo energético. No pretende recoger información. Aunque podemos escuchar datos concretos acerca de la situación de

nuestro cliente, los problemas y síntomas que se presenten ocupan a menudo un lugar secundario en relación con las causas de fondo. Para facilitar un intercambio más profundo pedimos al cliente que no se preocupe por lo que dice y que simplemente se abra, se relaje y hable desde lo más profundo de su corazón. Los practicantes astutos escuchan con compasión pero atentos a lo que subyace bajo el hilo argumental y los asuntos superficiales. Para ello debemos estar presentes, utilizar nuestros sentidos y abrir nuestros corazones. Atendemos a la calidad y el sonido de la voz y a su efecto sobre nuestras emociones y sensaciones corporales. Observamos qué imágenes y

percepciones nos brotan mientras el cliente está hablando. La intuición resulta indispensable para trabajar a través del tiempo y del espacio, y con ella, la confianza de que todo lo que necesitemos surgirá. Le recordamos al cliente y nos recordamos a nosotros mismos que lo más significativo de esta conversación es lo que sucede bajo las palabras, entre ellas y a través de ellas. Mientras escuchamos y ofrecemos aquello que nos sentimos inspirados a dar, mantenemos al cliente en un espacio de consideración positiva incondicional.

Algunos practicantes coordinan las sesiones con clientes a distancia de forma que, con independencia del lugar

en que se encuentre, la persona que recibe la sanación pueda participar. En este caso el practicante puede preguntar datos sobre el entorno en el que estará el cliente en el momento en que se lleve a cabo la sesión para poder imaginarlo con claridad. Le invitará a meditar, a reflexionar sobre temas urgentes, a tumbarse y a emprender un viaje chamánico, o sencillamente a mantenerse consciente y abierto durante el tiempo que dure la cita. Es evidente que hay que tener en cuenta las diferencias horarias. Los reikistas de segundo nivel y superiores pueden celebrar sesiones a distancia de esta forma, invocando los símbolos reiki y de la ausencia y enviando la energía

hacia la persona. También pueden dirigir sesiones de reiki o de reiki chamánico completas imaginando e invocando la energía de la persona o a través de un sustituto.

Nuestro planteamiento reconoce el tiempo y el espacio como una ilusión y empodera a los clientes de otras formas. Les hacemos saber que realizaremos la sesión de sanación a distancia dentro de las dos semanas siguientes a la llamada inicial de diez minutos. En lugar de concertar una hora preestablecida, hacemos la sanación cuando nos sentimos guiados a ello, lo que también nos da la oportunidad de trabajar en etapas. Establecemos la intención y

confiamos en que la energía ejercerá su influencia sobre nuestros clientes en el momento óptimo y de la forma más favorable. Dejamos a un lado cualquier idea o expectativa de cuándo o cómo se desenvolverá.

Nuestros clientes se han preparado, en parte, recogiendo y enviándonos los objetos requeridos. También les proporcionamos instrucciones para *Purificar con los elementos* y el ritual de la vela con el que empezamos las sesiones en persona. Cuanto más activo sea el papel que la persona pueda representar en su sanación, mejor. Hacemos hincapié en el poder de su intención para sanar y cambiar, que se

activó cuando se pusieron en contacto con nosotros. Les explicamos todos los detalles acerca de las energías precursoras de sanación que ya han sido activadas y cómo maximizar los beneficios de este *portal de oportunidad* (viajar, prestar atención a sueños y sincronismos, etc.; véase capítulo 2). Acordamos enviarles un mensaje por correo electrónico en algún momento antes de que pasen las dos semanas en las que el trabajo habrá quedado terminado para acordar otra llamada telefónica. Para esta comunicación final planificamos entre 45 minutos y una hora.

CÓMO PREPARARNOS PARA UNA SESIÓN DE SANACIÓN A DISTANCIA

En el capítulo anterior explicamos la importancia de crear un espacio sagrado para el reiki chamánico y la sanación a distancia y su necesidad. De hecho, como el cliente y el practicante no están físicamente próximos, establecer el espacio puede tener una importancia aún mayor. Te rogamos que releas el capítulo 10, pues el entorno que crees debe ser capaz de sostener tu atención y tu intención y proteger tu trabajo de los efectos de otras energías. Y tan poderoso como crear un espacio sagrado exterior es cultivar y proteger tu sacralidad interior. Hazlo asentándote

en tu cuerpo, descansando la mente, abriendo tu corazón y fundiéndote con la fuerza de vida universal y los guías de reiki chamánico. A continuación, y para irradiar esta energía, confía en tu intuición y mantén la mente clara. La práctica de la *Respiración de luz* es un vehículo poderoso, como también lo es establecer una espiral de energía reiki en la habitación. También puedes caminar al aire libre antes de la sesión para centrarte, enraizarte y conectarte con el círculo sagrado de espíritus y naturaleza, igual que en las sanaciones en persona. Este momento es bueno para expresar gratitud, hacer ofrendas a la tierra y recoger ramas de hoja perenne o de cualquier otro tipo para el trabajo de

sanación.

Cuando hayas preparado el espacio y te hayas preparado a ti mismo, y antes de comenzar, asegúrate de que tienes todo lo necesario para realizar la sanación a distancia: herramientas chamánicas como flores o plantas, tambor de marco y baquetas o unas sonajas, campanas y plumas si te sientes llamado por ellas, un vaso de agua, una vela blanca encendida, artículos para sahumerios y cerillas si lo deseas, los objetos que te envió el cliente expuestos sobre un paño especial en el suelo o ante tu altar, un cuaderno y un bolígrafo para anotar los viajes y la información recibida durante la sesión y cualquier

cosa que te veas impulsado a incluir.

Ábrete como lo harías para cualquier sesión de reiki o de reiki a distancia en el caso de reikistas de segundo nivel y superiores, o como se indica en la sección anterior titulada *Sanación a distancia y reiki*. Con las palmas de las manos hacia fuera, irradia energía reiki hacia la fotografía durante unos momentos mientras repites tres veces el nombre de la persona e invocas su presencia. A continuación relájate, abre tu corazón y contempla la fotografía. No pienses ni trabajes demasiado, permite que las intuiciones lleguen de forma natural. Establece la intención de ver, intuir o sentir sólo aquello que sea útil

para tu trabajo. Muchas personas describen este tipo de lectura como *abrir el centro del tercer ojo*, situado aproximadamente en medio de la frente. Esta es una práctica poderosa y natural, pero debe estar enraizada en la compasión y el desapego. No podemos forzar la aparición de la visión interior, sino sólo establecer nuestra intención hacia ella, y esta se produce. Ten a mano un bolígrafo y un cuaderno para poder anotar cualquier cosa que te surja. Si sientes que detener la sesión para tomar notas te puede distraer, puedes grabar tus comentarios en una grabadora (las más útiles son aquellas que sólo graban cuando hablas). A continuación sigue el mismo proceso con los

cabellos, la prenda de ropa y la muestra de escritura. Observa qué es lo que surge, presta atención a tus sensaciones corporales, corazonadas y sensaciones. Si cierras los ojos mientras sostienes el objeto, pueden aparecer imágenes o tus guías pueden susurrarte.

Deja fluir el proceso y no te esfuerces demasiado buscando información o intentando encontrarle sentido directamente. Respira profundamente unas cuantas veces y relájate en tu cuerpo y tu entorno dejando a un lado expectativas y resultados. Por encima de lo que percibimos, este tipo de conexión energética hace que el trabajo siguiente adquiera profundidad.

También puedes escoger una carta de animal o utilizar cualquier otro tipo de carta espiritual al principio o al final de este proceso. Baraja el mazo y pronuncia tres veces el nombre del cliente mientras visualizas con claridad a la persona en el ojo de la mente o sencillamente la sientes o estableces la intención de que esté presente. Puedes invocar los símbolos reiki sobre las cartas si estás en el segundo nivel o superior, y los reikistas de primer nivel pueden sostener el mazo en las manos y pedir al reiki que lo impregne. Mantén la intención de que la carta elegida va a reflejar lo que subyace en las circunstancias de tu cliente, corta el

mazo y comprueba qué carta ha quedado en el fondo de las que has levantado o despliega las cartas en abanico y elige la que te llame. La carta o el animal indican los aliados arquetípicos que están apoyando a tu cliente en ese momento. A continuación, puedes colocar la carta con los objetos personales para que sus energías estén presentes durante toda la sesión de sanación. Este es el motivo de que normalmente elijamos la carta al principio. El tótem revela también la lección espiritual y las oportunidades de crecimiento inherentes a la situación actual de vida de la persona. Toma nota de las percepciones, asociaciones o intuiciones que te vengan a la mente más

allá de la explicación de la carta que dé el autor. Más tarde podrás compartirlas con tu cliente para que él pueda recabar esta ayuda arquetípica para sí.

VIAJES DE REIKI CHAMÁNICO A DISTANCIA

A partir de aquí existen muchas formas de continuar, y una de las prioritarias consiste en emprender un viaje chamánico. Puedes sentarte o tumbarte mientras sostienes y tocas un tambor de marco o sacudes unas sonajas. También puedes poner un disco de sonido de tambor para que te guíe. Los reikistas de segundo nivel o superiores pueden proyectar los símbolos reiki en el espacio del viaje, y los practicantes de primer nivel pueden sencillamente establecer la intención de que la energía reiki se infunda en la esfera del viaje. A continuación, siente

la presencia de tu cliente en medio de este espacio amoroso y protegido o establece la intención de que esté presente. Represéntate a la persona con la mayor claridad posible.

Ahora siente la presencia de tu guía de reiki chamánico o transfórmate en él y pídele que te muestre lo que más necesitas ver, experimentar o saber acerca de la persona con la que estás trabajando. La información puede llegar a ti como imágenes, sensaciones, símbolos, metáforas, información literal o a través de una historia. Por ejemplo, tu cliente puede de repente estar columpiándose alegremente o quizá percibas figuras fantasmales que rodean

su persona. No censures el material porque te resulte grotesco o porque no tenga sentido. Desde un punto de vista racional, en esta etapa estás trabajando «a ciegas», por lo que debes relajarte y confiar en el proceso.

Recuerda que el espíritu es el director y es capaz de ver con bastante claridad. Date permiso para sentirte cómodo no comprendiéndolo todo y el trabajo fluirá sin obstáculos con un resultado poderoso. A medida que vayas avanzando, irás entendiendo más, pues algunos trozos tardan un tiempo en aclararse. Sin embargo, son perfectamente correctos, por lo que debes confiar en que todo transcurre

adecuadamente hacia el mayor beneficio de tu cliente.

Puedes completar este ejercicio y luego cerrar el viaje. También puedes seguir adelante dentro del espacio del viaje y aplicar la técnica de sanación espiritual que describimos a continuación. Observa qué te parece más adecuado y honra tus impulsos. Como el espíritu tiene su propia planificación, el trabajo intensivo de sanación puede empezar con el primer toque de tambor. La realidad alternativa es mutable, energética y eficiente, por lo que aquello que sea más necesario se colocará en primer plano. La rendición y la confianza son esenciales. El viaje puede

durar entre 15 y 55 minutos. Durante el proceso informativo podemos parar de forma intermitente para tomar notas o continuar hasta terminar el viaje y dejar las notas para más tarde. También podemos realizar varios viajes y efectuar el trabajo en etapas.

El trabajo de sanción espiritual en el espacio del vijae

La sanación espiritual durante el proceso del viaje puede realizarse desde dos enfoques igual de válidos, uno completamente dirigido por el espíritu y espontáneo y el otro como un procedimiento chamánico estratégicamente aplicado. En el espacio del viaje se abordan áreas fundamentales, se equilibran energías, algunos pedazos de alma pueden realinearse de forma espontánea y se pueden eliminar y transmutar intrusiones y eliminar bloqueos mediante la sanación espiritual. El trabajo se centra en las áreas que el practicante identifica

desde el viaje chamánico o a partir de la comunicación telefónica inicial, aunque también es posible que el viaje sea totalmente guiado por el espíritu.

Primer enfoque. En el enfoque exclusivamente guiado por el espíritu emprendes el viaje chamánico con dos intenciones: 1) en primer lugar, ver, sentir, intuir o saber lo que es más necesario acerca de este cliente, y 2) a continuación, invitar al espíritu a que lleve a cabo cualquier sanación que haga falta en la realidad alternativa.

Una vez completada la primera fase del viaje, al visualizar a la persona quizá veas guías espirituales y seres

benevolentes trabajando con ella: equilibrando energías, eliminando obstrucciones y cuerdas energéticas, aumentando la energía en algunas áreas y suavizándola en otras. Los seres de luz pueden dialogar con la persona y eliminar de ella objetos oscuros o puntiagudos, así como colocar piedras o cristales en su cuerpo espiritual. Otra alternativa es que se dirija luz o energías luminosas a la persona que estás visualizando. Puedes percibir cómo uno o más de los elementos participan en la sanación, de forma similar a lo que ocurre en el viaje de *Purificación con los elementos*. Estos pueden manifestarse de miles de formas: tu cliente puede ser purificado por una

cascada de agua o de pie en medio de un fuego abrasador, etc. Quizá veas uno o varios colores que giran a su alrededor o que lo traspasan o a ti mismo en forma espiritual haciendo el trabajo en lugar de los guías espirituales o junto a ellos. También es posible que aparezcan guías animales como un aliado animal del mazo de cartas espirituales o cualquier otra cosa.

Mientras observas o sientes la sanación puede que experimentes una intensificación de determinadas sensaciones corporales como hormigueo o calor y un aumento de la energía. Quizá sientas, veas o sepas de forma espontánea los temas que están siendo

abordados y con qué y con quién están relacionados. Puedes ser testigo de cómo el cliente libera sus emociones en el espacio del viaje mediante sollozos, desvaríos o gritos.

En un trabajo de sanación dirigido por el espíritu puede suceder cualquier cosa, y cada vez que se hace y con cada persona que se realiza es diferente. Como practicante tú sólo puedes establecer la intención de que el espíritu orqueste el trabajo que resultará más beneficioso para tu cliente y confiar en que el efecto que este reciba va a ser positivo. A continuación, mantén el espacio como un testigo sagrado. Una vez completado el trabajo espiritual, los

guías y las energías que han acudido a ayudar se dispersan y las sensaciones corporales intensificadas se relajan. La forma espiritual del cliente está radiante o limpia y la persona aparece tranquila y feliz. Puede parecer que está de pie en el centro de la espiral de reiki que has invocado en la habitación. Al terminar esta fase del trabajo, concluye el viaje y anota los detalles.

Segundo enfoque. El procedimiento chamánico estratégicamente aplicado, al que en ocasiones se denomina *cirugía espiritual*, resulta especialmente efectivo para tratar problemas físicos. También emprendes el viaje chamánico

con dos intenciones, aunque la segunda es diferente de la del trabajo dirigido por el espíritu: 1) ver, sentir, intuir o saber lo que más necesitas acerca de este cliente, y 2) ver, sentir o intuir los desequilibrios que vas a intentar equilibrar en la esfera espiritual.

Una vez completada la primera fase del viaje, al visualizar a la persona debes imaginar que entras en su cuerpo físico y lo atraviesas para detectar «desequilibrios» en cualquier área. Si te ha hablado de algún tema en concreto, como por ejemplo dolor en una pierna, acude directamente a ese punto o allí donde tu intuición te diga que el problema se origina. En la realidad

espiritual no es necesario comprender lo que se percibe, sólo qué área del cuerpo de tu cliente necesita atención. Esta zona puede estar oscura o verse como un impedimento: un muro o una valla que encierra el corazón o cualquier otro órgano de la persona. Quizá intuyas una arteria bloqueada o un hueso con protuberancias pegadas a él.

Lo que se percibe no es tan importante como las sensaciones que te provoca. Cuando percibas una clara sensación de pesadez, estancamiento o desequilibrio en una zona determinada, permanece en ella e invoca la ayuda de tus guías de reiki chamánico. En primer lugar puedes, con la ayuda de tu guía,

comunicarte con la forma para preguntarle por qué está ahí, de dónde viene y qué puede hacer la persona para impedir su regreso una vez eliminada. En la conversación telefónica final compartirás estos datos con tu cliente. No existe ninguna regla inflexible más que la de hacer cualquier cosa que haga que la zona parezca más saludable. Tus guías pueden susurrarte instrucciones o dirigir el trabajo a través de ti. Puedes imaginar que sostienes en tus manos un martillo y un cincel y que con ellos eliminas las protuberancias del hueso o que una riada arrastra un coágulo de una vena. Puedes excavar todos los postes de la valla que están encerrando un órgano, y al eliminarlos, pide a tu guía

que los saque (así como los sedimentos de la arteria o las protuberancias del hueso) del cuerpo del cliente. También puedes arrojarlos a la espiral de reiki del centro de la habitación para que se reciclen en energía cósmica. Confía en tu impulso y, tal y como sentiste los desequilibrios en esta zona, siente o ve cuándo parece estar bien, limpia y sana.

En este punto, desde el espacio del viaje establece la intención de que el reiki permee cualquier zona del cuerpo en la que hayas trabajado. Como estás en la realidad espiritual, puede que incluso veas la energía reiki. En el momento exacto en que estés enviando reiki desde el viaje de la sesión a

distancia, desde tu espacio de sanación o tu oficina, si eres un reikista de segundo nivel o superior puedes concentrarte en el símbolo de la distancia y dirigir energía al cliente. De esta forma la persona recibe energía reiki de forma simultánea en la realidad espiritual y en la ordinaria. Los reikistas de primer nivel sólo enviarán reiki desde el viaje. Cuando sientas que has terminado en una zona pero percibas algo en otra, continúa viajando por el cuerpo hasta encontrarla. Si tienes la sensación de que el trabajo está terminado, retira con suavidad tu consciencia del cuerpo de la persona, cierra el viaje y regresa a la conciencia natural.

Este tipo de sanación espiritual es corriente en muchas tradiciones, y para una discusión más profunda te sugerimos que leas el libro de Michael Harner *La senda del chamán*. Observa que el libro contiene muchos otros ejemplos de viajes que puedes emprender para clientes a distancia: para cambiar la energía de acontecimientos pasados, para prevenir la pérdida del alma, viajes a vidas pasadas, etcétera.

PURIFICACIÓN CON LOS ELEMENTOS A DISTANCIA

Después de los viajes purificamos con los elementos para integrar la sanación o cirugía espiritual. (Si realizamos la sanación en etapas, podemos hacer esta purificación en otro momento.) Expuestos ante nosotros tenemos los cabellos de nuestro cliente, su fotografía y el papel con la muestra de escritura colocados sobre su camiseta o cualquier otra prenda de ropa o junto a ella. Estos objetos están dispuestos sobre un paño mayor que sólo empleamos para las sanaciones a distancia y que concentra la energía y protege la superficie inferior. A nuestro

alcance tenemos herramientas chamánicas: plumas, plantas, flores, agua, piedras, artículos para sahumerios o incienso, así como tambores, campanas, sonajas y cualquier otro objeto. La vela blanca sigue ardiendo con viveza. Ponemos un disco de sonidos de tambores o cantamos para incrementar la atención, aunque también podemos hacer la purificación en silencio. De forma parecida a como trabajamos con los elementos en persona (véase capítulo 5), lo hacemos mediante los objetos que transportan la energía de nuestro cliente.

Ábrete como lo harías para cualquier sesión de reiki chamánico (o a distancia

para el segundo nivel y superiores) y transfórmate en tus guías de reiki chamánico. A continuación, observa qué elementos te llaman y cómo desean ser utilizados. Establece la intención de que tus guías y herramientas dirijan el trabajo a través de ti. Pronuncia el nombre de tu cliente tres veces mientras invocas su presencia para la purificación y siente su presencia a través de los objetos expuestos ante ti.

A continuación puedes ahumar, tocar el tambor o transferir agua directamente sobre los objetos. Puedes coger una planta o un manojo de flores y frotarlos sobre la camiseta para purificar a la persona y luego dar golpecitos siguiendo

un ritmo suave para sentir que la planta transmite la energía de sanación a la persona con la que estás trabajando. Puedes golpear entre sí unas piedras sobre la fotografía y luego frotarlas sobre la prenda. Al hacerlo, siente cómo la fuerza y el poder de las piedras impregnan a tu cliente, y con ello expresa en voz alta cualquier sonido que surja. Las intenciones deben estar claras, y el corazón y el cuerpo implicados en la tarea. Sentir, moverte y expresar en voz alta te ayudarán a canalizar de forma eficaz y a aumentar tu conciencia empática. Los movimientos bruscos, agitar manos o brazos, los cánticos, los gruñidos y los soplidos, todo ello característico de la sanación

chamánica quechua, intensifican y mueven la energía. También abren la intuición. Cuanto más presente y entregado estés, más poderosa será la energía.

Prueba a pasar con sutileza una pluma sobre los objetos para suavizar la energía de la persona, algo parecido a aliviar la energía con las manos al final de una sesión de reiki. Tocar varios tonos claros con una campana tibetana o hacer sonar una campanilla sobre los artículos sella el trabajo realizado. Al cerrar tu sesión a distancia puedes profundizar la conexión de tu cliente con la fuerza de vida universal mediante la práctica que explicamos a continuación.

IRRADIAR LUZ SANADORA

Como sucede cuando enviamos energía reiki a distancia, esta práctica transmite luminosa energía de sanación a cualquier localidad y época. Si no dispones de objetos, visualiza o siente a la persona o a la situación delante de ti. También puedes escribir su nombre en un papel y centrar en él la energía. Otra posibilidad consiste en dirigir tu intención hacia la espiral de energía reiki del centro de la habitación y pedir al vórtice que envíe luz sanadora allí donde se necesite.

Primera práctica. Siéntate

cómodamente con los objetos de sanación a distancia de tu cliente desplegados ante ti y siente la presencia de esta persona con la mayor claridad posible. Realiza la práctica de *Respiración de luz* que presentamos en el capítulo anterior hasta que te sientas conectado a tierra, presente y uno con la fuente de luz sanadora. Al cabo de varios minutos, y cuando te sientas saturado de luz, permite que esta fuerza irradie de ti a todo tu alrededor. Sigue aspirando luz y, cuando esta luz te inunde y llene todo lo que te rodea, establece la intención de que también sea dirigida hacia tu cliente y lo impregne a él. Visualiza, siente o percibe cómo esta luz penetra en los

objetos que tienes delante y permea a la persona cuya energía contienen. Sigue practicando así durante varios minutos y deja que el foco se desvanezca suavemente. Realiza varias respiraciones profundas de purificación y vuelve a un patrón normal de respiración.

Segunda práctica. Comienza como en la primera y practica la *Respiración de luz* durante varios minutos. Esta práctica eleva tu vibración y te hace resistente a la energía invasora. También te conecta a tierra y fortalece tu capacidad para transmitir e irradiar energía de sanación.

A continuación cierra la práctica y

visualiza la fuente de esta brillante luz de sanación. Quizá la veas sobre ti como la bola de energía reiki que describimos anteriormente. Si eres reikista de segundo nivel o superior, puedes visualizar esta fuente luminosa de energía como una luz violeta o dorada que cobija los símbolos reiki y se eleva volando a los cielos o a los vastos espacios cósmicos. También puedes observar aquello que te llegue o simplemente percibir la luz sin una imagen concreta. Siente su intención amorosa y su cualidad indestructible. Cuando tengas una percepción firme y nítida de esta luz y de su situación exacta, establece la intención de acceder

a ella y dirigirla en beneficio de tu cliente.

Levanta ambos brazos para sentir y recoger la energía de esta fuente de luz. Cuando tengas las manos llenas de luz, y en la siguiente inspiración, llévala hacia abajo a través de la parte superior de tu cabeza. Dirígela hacia tu coronilla con las manos y luego continúa bajándola mientras la guías por la zona de la garganta hasta el corazón. (Como de todas formas esta fuente de luz no es independiente de nosotros, otra posibilidad sería transformarse en ella.) A partir de aquí, en una exhalación emite la energía luminosa desde tu corazón. Dirígela hacia la imagen de la

persona que tienes ante ti o sobre sus objetos. Si lo deseas, puedes emplear los brazos para ayudar a impulsarla, empujando con las palmas de las manos hacia el lugar al que estés proyectando las fuerzas de sanación. Emite un fuerte sonido «¡chuuuu!» mientras expulsas el aire y transfieres la energía. Percibe, ve o siente cómo fluye la luz sanadora hacia la persona con la que estás trabajando y la impregna. Repite esta práctica de envío varias veces y relájate. Tanto tu espacio de sanación como tu cliente y tú debéis sentiros luminosos y claros.

Para ilustrar el poder de estas prácticas te vamos a contar una historia

de un grupo de formación de Dream Change que supo de un muchacho que estaba hospitalizado tras sufrir una brutal paliza. El joven presentaba convulsiones, su electroencefalograma era sombrío y la familia se temía lo peor. Los chicos de Dream Change enviaron energía sanadora al joven y a su familia —que estaban a nueve horas de coche— mediante técnicas chamánicas. Sobre el altar colocaron un papel con el nombre del muchacho escrito. Dirigieron energía sobre él y la enviaron a través del vórtice de reiki del centro de la habitación. Los padres llamaron al cabo de unos días para comunicar que los médicos citaban la recuperación de su hijo como

milagrosa. Lo más intrigante y asombroso era que los resultados de las pruebas más recientes diferían totalmente de la documentación que describía su primer EEG… y que incluso ese EEG inicial había desaparecido misteriosamente. El día antes de que el grupo enviara la energía al muchacho, también colocaron en el altar el nombre del anciano padre de uno de los participantes. El hombre, al que se consideraba gravemente enfermo, se estabilizó al acabar ese día y luego mejoró con rapidez. Aunque no puede probarse que el grupo ejerciera una influencia real sobre esas personas, sus familiares están convencidos de que su

impacto fue tremendo.

PARA CERRAR EL TRABAJO

Una vez más te animamos a que incorpores los planteamientos de reiki a distancia en el formato anterior en cualquier momento o manera que sientas como correcta. Tras completar la sesión a distancia, ofrece las plantas y aguas que hayas empleado a la tierra y expresa tu gratitud a los elementos y espíritus que te han ayudado. Limpia las piedras y los cristales en agua con sal marina y luego colócalos al sol, junto con el resto de las herramientas chamánicas, para que se recarguen. Introduce la muestra de escritura y los cabellos en un sobre dirigido a tu cliente y envíaselo por correo. Quema la camiseta y la

fotografía en una hoguera al aire libre, en una chimenea o en una estufa de leña. Al hacerlo, pide al fuego que fortalezca la sanación para esa persona y que transmute cualquier energía residual. Si vives en una ciudad y no puedes quemar los objetos, colócalos junto a una vela encendida e invoca las mismas intenciones. A continuación devuélvelos a tu cliente. Siente cómo debes purificar el espacio. Siente lo que necesitas dejándote guiar por las sugerencias del capítulo 10.

Deberás notificar a tu cliente que la sesión ha terminado y acordar la fecha de la conversación telefónica final. Recopila y repasa tus notas antes de la

llamada y sigue las instrucciones relativas al contacto telefónico inicial. A partir de ese momento nadie puede decir con exactitud cómo se debe proceder, pero es necesario tener en cuenta una serie de cosas. El cliente debe saber que los cabellos y la muestra de escritura están en camino (y quizá también la fotografía y la camiseta), y que esos artículos no contienen energía negativa. Comunícale que tiene que celebrar una ceremonia sencilla para quemar el pelo y el papel con el fin de fortalecer la sanación con la intención. Si le has devuelto la camiseta y la fotografía, también las puede quemar o colocarlas en un altar o en algún lugar especial. Ahora estos objetos generan

energía de sanación y son recordatorios tangibles de sus nuevas directrices de vida. También debe ofrecer pan, pétalos de flores o tabaco suelto a la tierra en señal de gratitud hacia los elementos y los espíritus que le han ayudado. Aunque ya se ha realizado el ritual de la vela, tras la llamada final el cliente puede encender otra durante una tarde para meditar sobre la nueva puerta a la vida que se le ha abierto gracias al trabajo. Sentándose junto a la vela y viajando hacia esta puerta puede ver qué aliados, mutaciones y acciones le ayudarán a conservar los cambios experimentados.

El practicante debe compartir con él la carta elegida, el trabajo que ha

realizado y los viajes, los detalles sobre la sanación y la cirugía espiritual, las percepciones y las intuiciones. Este material se entrega también al cliente por escrito, ya sea a través de correo postal o electrónico, lo antes posible después de la conversación telefónica. Pedimos al espíritu y al reiki que nos guíen para compartir en la forma y el momento que más beneficioso vaya a resultar para el cliente. A este se le anima a contribuir con sus propias percepciones y a reflexionar sobre lo que el material le evoca. De este modo se revelan muchas cosas, y en este proceso parte de la nueva información puede fluir hacia el practicante, y algunos asuntos que previamente eran

ciegos pueden aclararse. Por ejemplo, la mujer que apareció reflejada en un columpio durante el viaje había recibido lecciones de trapecio cuando tenía veinte años. La temeridad que esas clases le aportaron en aquel momento la había ayudado durante un periodo difícil de cambio. Ahora reconocía la necesidad de volver a conectarse con esas cualidades para afrontar los retos del momento.

Incorporar la sanación a distancia a tu bagaje curativo supone añadir un elemento poderoso que puedes utilizar para clientes nuevos que no tienen posibilidad de acudir hasta tu lugar de sanación o para los que ya tienes y cuyas

circunstancias les impiden regresar físicamente a ti. En este último caso puedes acceder a la energía de la persona simplemente teniéndola en tu memoria.

Para terminar, vamos a repetir que la intención lo es todo, el motor principal tanto en el chamanismo como en el reiki. Al abrir nuestro corazón y mantener un enfoque y una intención claros, la energía dirigida a distancia será fuerte y eficaz. Viajará exactamente al lugar en que se necesite y ejercerá su influencia en el momento y la forma perfectos, con independencia de la localización física de tu cliente. Si confiamos en el espíritu y en el yo, y si involucramos a la

persona con la que estamos trabajando en unos rituales de sanación empoderadores, la sanación a distancia puede ser tan poderosa como la realizada con una persona tumbada en una camilla delante de ti.

CAPÍTULO 12

LA TRANSFORMACIÓN DE UNO MISMO Y DEL MUNDO

Una vez llegados al capítulo final de este libro, confiamos en que a estas alturas ya habrás reconocido el potencial del reiki chamánico para mejorar la calidad de vida de una persona. Ambas modalidades, tanto el chamanismo como el reiki, constituyen por sí solas un poderoso agente de

sanación y transformación. Si las combinamos, la práctica nos insta a mirar con más profundidad en nuestro interior y engendra un intercambio activo con el espíritu y las fuerzas portadoras de vida. El reiki chamánico puede ayudar a las personas a sanar y a sentirse conectadas con el mundo viviente.

A lo largo de este libro hemos recalcado que en el chamanismo no existen reglas inamovibles. Lo que a ti te funciona, incluso si se trata de algo exclusivo de tu práctica, puede ser tan válido como lo que le ha funcionado a un chamán situado al otro lado del mundo en el transcurso de su vida. Si les

das el tiempo suficiente, tu confianza y tu conexión con el espíritu crecerán, como también lo hará tu habilidad para personalizar las técnicas contenidas en este texto y para intuir nuevos enfoques.

Cuando hace miles de años los primeros seres humanos siguieron el susurro del espíritu en forma de visión, sueño, acontecimientos sincrónicos o intuición para encontrar el refugio adecuado, los animales que debían cazar o las plantas que les podían curar, integraron el mundo material con el espiritual. Lo reconozcamos o no, la realidad espiritual existe y está interconectada con nuestra realidad física. Los guías de los que hemos hablado, los

espíritus de las plantas, los elementos y las herramientas chamánicas, junto con las fuerzas cósmicas y terrenales, están incesantemente a nuestro alrededor y dentro de nosotros. Lo único que tenemos que hacer es abrirnos a ellas e implicarnos. Mediante el uso de los viajes chamánicos y el trabajo con los elementos, nuestra intuición y nuestros guías espirituales de reiki chamánico pueden ayudarnos a solucionar temas difíciles o rebeldes y hacernos sentir más plenos y vivos. Cuando te familiarices más con estos procesos experimentarás de primera mano por qué los chamanes acceden a las esferas espirituales y a las fuerzas arquetípicas para sanar. Recoger poder, sabiduría y

energía de otros mundos para beneficiar a personas y circunstancias de este mundo se convertirá en una forma de proceder digna de confianza.

Conciencia empática en el reiki chamánico

A lo largo de todas estas páginas hemos hecho hincapié en que, si abres el corazón, el cuerpo y la mente, aumentarás tu conciencia personal y te sintonizarás más con las indicaciones del espíritu. Como mencionamos en el capítulo 10, estamos en constante intercambio empático con todo lo que nos rodea, un concepto que podemos aplicar de forma consciente en las sesiones de sanación. Cuando a un practicante de reiki chamánico le surge una idea, un sentimiento o una sensación corporal aparentemente estrambóticos en el curso de una sesión, el origen de

esa experiencia puede estar relacionado con la persona que está tumbada en la camilla delante de él. Armonizando la energía de la fuerza vital y el mundo espiritual, el practicante puede actuar para influir de forma positiva sobre el estado físico, emocional y mental de la persona con la que está trabajando.

Cultivar un intercambio empático mediante la observación de si nuestros pensamientos, emociones y vibraciones corporales reflejan lo que les está ocurriendo a otros puede constituir una estrategia de sanación muy eficiente. Podemos perfilar nuestra intuición para obtener percepciones que la lógica no es capaz de señalar relacionadas con cómo

ayudar mejor a nuestros clientes. Por ejemplo, mientras estamos canalizando reiki podemos observar de repente cómo nuestro pecho se pone tenso y nuestra respiración se vuelve entrecortada. A partir de ahí podremos intuir que nuestros síntomas están reflejando una constricción energética en el corazón o los pulmones de nuestro cliente.

Una forma de liberar el bloqueo sería relajar de manera consciente nuestro propio cuerpo y nuestra respiración para transmitir empáticamente alivio y fluidez a la persona con la que estamos trabajando. Si nuestra mente empieza a correr, un pensamiento tras otro, y eso no es lo que suele sucedernos durante

las sesiones de sanación, podremos intuir que este aumento de nuestra actividad mental refleja el estado mental de nuestro cliente. Una vez más relajamos nuestro cuerpo de forma consciente y respiramos con tranquilidad. A continuación, al pedir a la energía reiki que fluya a través de nosotros para ayudar a liberar nuestros pensamientos al espacio con cada exhalación, calmamos nuestra propia mente y la de nuestro cliente. Observar cómo las personas se relajan visiblemente mientras mantenemos este diálogo silencioso con la energía resulta impresionante. La clave es su sencillez. Cuando nos sintonizamos con nosotros mismos abrimos una puerta que nos

permite conectarnos con nuestros clientes a mayor profundidad. Al ajustar nuestra propia energía, cambiando nuestro estado de ánimo, podemos comunicar amor, sanación y paz de forma empática a la persona con la que estamos trabajando.

A lo largo de estas páginas te hemos sugerido muchos viajes desafiantes que puedes decidir emprender con tus clientes. Al desarrollar una conciencia empática eres capaz de ayudar a tus clientes sin interrumpir su viaje. Veamos otro ejemplo de cómo emplear el intercambio empático: imagina que mientras la persona está viajando al pasado para cambiar la energía de un

suceso, tú te sientes de repente muy triste. Como sabes que puedes estar reflejando la experiencia de tu cliente, puedes mover con suavidad una mano reiki y posarla sobre su corazón. También puedes simplemente pedir a la energía reiki que fluya a través de tu corazón antes de abandonar tu cuerpo y entrar en tu cliente. Cuando tu propia sensación de tristeza se hace más rica o se disipa, puedes asumir que también está transformando a tu cliente.

Permanecer presentes, centrados y conectados con el espíritu ayuda a los practicantes a diferenciar sus propios problemas personales de los de sus clientes. Los sanadores pueden cultivar

esta conciencia realizando su propio trabajo terapéutico, desarrollando su consideración mediante la práctica del reiki o la meditación y a través de procesos supervisados por colegas o por otras personas. Además de ser un agente de sanación, estar alerta a tu propia energía y limpiarla resulta esencial para las personas empáticamente sensibles. Si no estamos seguros de si lo que estamos experimentando tiene que ver con nuestro cliente o no, nos mantenemos conscientes de nuestra propia experiencia y trabajamos con ella. Los practicantes de reiki chamánico son conscientes de que su propio estado de ánimo ejerce un profundo impacto con el

de sus clientes y está en constante compenetración con ellos, así como con todo lo que les rodea.

INTERCAMBIO EMPÁTICO Y EQUILIBRIO CON LA NATURALEZA

Igual que mantenemos una relación empática con los clientes, también estamos en continua unión solidaria con la naturaleza. Sin embargo, a lo largo de los siglos los miembros dominantes de la especie humana han intentado de forma persistente apartarnos de una coexistencia sensible con el mundo natural explotando el entorno para que satisfaga objetivos materiales. Para corroborarlo sólo tenemos que observar la cantidad de especies que se han extinguido en los últimos cien años o contemplar las fotografías desde el espacio que documentan la disminución

de las selvas tropicales, las aguas tóxicas y los casquetes polares que se están derritiendo a una velocidad mucho mayor de lo que nadie había previsto.

No resulta sorprendente saber que, ya fuera en el Tíbet, en la estepa siberiana, en la cuenca amazónica o en cualquier otro lugar, los pueblos tradicionales comprendían la importancia de vivir en armonía con la naturaleza. Basándonos en lo aprendido de las tribus indígenas que viven en el Amazonas ecuatoriano, y cuyo contacto con el mundo exterior sigue siendo mínimo, sabemos que los primeros chamanes guiaban a sus comunidades para que honraran esta relación con la naturaleza. El papel de

chamán no era sólo el de sanador. Tan importante como sanar era mantener el equilibrio entre su comunidad, la naturaleza y el cosmos. Los pueblos tribales tradicionales del Amazonas se mantenían con el refugio y el alimento que proporcionaba la selva tropical. Eran guiados y sanados por sueños, espíritus, las propiedades medicinales de las plantas y las cualidades espirituales de los elementos, los minerales, las plantas y los animales. Su sintonización con las fuerzas naturales y la realidad invisible era inseparable del cuidado de los bosques ancestrales, las tierras y las aguas, pues todos ellos eran una realidad incuestionable para la supervivencia.

Los norteamericanos que visitaron a los chamanes tuvanos hace muchos años durante un viaje de Dream Change/Sacred Earth Network fueron transportados en viejos *jeeps* del ejército a lo largo de grandes extensiones de la estepa siberiana y mongol. Escoltados por coches de la policía para disuadir a los bandidos merodeadores, el pequeño grupo viajó de pueblo en pueblo realizando ceremonias y sanaciones. Como a la mayoría de los eventos acudían comunidades enteras, los resultados del régimen soviético quedaron bien a la vista. Había alcoholismo, pobreza, depresión, suicidios, degradación social

y una falta de aprecio hacia el entorno. Más allá de las sanaciones individuales, los chamanes tuvanos intentaron recomponer la cultura fragmentada recibiendo las raíces espirituales y de homenaje a la tierra de los vecinos. Cada ceremonia comenzaba con unos discursos apasionados y contundentes en los que se instaba a las personas a cuidar la tierra y a no llenarla de basura. Se advertía a los lugareños que sus problemas continuarían si no atendían sus tierras y sus aguas y volvían a respetar a los espíritus mediante ceremonias. Mantener el equilibrio con la tierra y las esferas espirituales era el camino de regreso a la plenitud.

Más que nunca, nos vemos obligados a comprender que la salud, la felicidad y la plenitud de un individuo no se producen en el vacío. Las tensiones, las luchas, los problemas emocionales o de salud de un individuo no pueden analizarse independientemente de su familia, su comunidad, su cultura y su entorno. Dada la gran incidencia de enfermedades relacionadas con las adicciones, la depresión, el estrés y la contaminación sólo en Estados Unidos, no es descabellado inferir que los ecosistemas amenazados son el resultado del desequilibrio colectivo de nuestra especie y que lo reflejan y refuerzan. Separarse del alma, el

espíritu y la naturaleza provoca sufrimiento y empobrecimiento para todos.

Más les vale a los sanadores seguir el ejemplo de los amazónicos y tuvanos tradicionales de no separar el bienestar individual del comunitario, espiritual y planetario. Recordar nuestra unicidad y mantenerse equilibrados con la naturaleza también ayuda a los practicantes de reiki chamánico a convertirse en sanadores eficaces, pues con ello consiguen una entrada fácil en el reino de la intuición, una herramienta fundamental de la sanación.

En la actualidad, compartimentar al chamanismo, al reiki y al reiki

chamánico como modalidades de sanación disociadas del entorno supone un error y una oportunidad perdida. La naturaleza es parte integrante de la realidad alternativa e inseparable de la práctica chamánica. Mediante la intención y la práctica del reiki chamánico nuestra comunicación con la naturaleza, así como la conciencia de que la tierra y nosotros constituimos un único sistema vivo, resultan estimuladas. Sabiendo que formamos parte de ese mismo sistema, la necesidad de cuidar de la tierra y de todo lo que vive sobre ella se convierte en una preocupación fundamental. Con ello llega el reconocimiento de que, de esta forma, nos sanamos a nosotros

mismos y ayudamos a que los demás se sanen.

Más que una forma de sanación, el reiki es una invitación a vivir en consonancia con la fuerza de vida universal, lo que va unido a establecer una relación correcta con la naturaleza. El reiki chamánico ofrece mucho más que una sanación competente o el hecho de añadir técnicas chamánicas al reiki tradicional. Mediante la experiencia directa puede revitalizar nuestra relación con el mundo viviente y engarzarnos con el corazón mismo de la naturaleza y el espíritu.

RITMOS DE SANACIÓN, TRANSFORMACIÓN Y VIDA

Todo lo que forma parte de la naturaleza y la vida tiene su propio ritmo. Algunos de estos ritmos —el latido del corazón, el pulso de la sangre y la cadencia de la respiración— los experimentamos físicamente. Por encima de los ritmos del cuerpo están los del día y la noche, el paso de las estaciones, los ciclos de la Luna y las mareas. También existen ritmos de los que no podemos ser conscientes, como los de las energías sutiles que fluyen a través de nosotros y en la naturaleza. Estos ritmos no son siempre constantes, sino que en ocasiones tienen cadencias

irregulares que pueden ser calladas o de gran volumen, fuertes o suaves, pero que sin embargo suben y bajan con un desarrollo estable. Un arroyo que fluye sin orden ni concierto bordea peñascos inmensos y gira de formas impredecibles y siempre cambiantes, pero indefectiblemente alcanza su destino.

Desde un punto de vista chamánico, nuestros ritmos están en consonancia con todos los que nos rodean. Un entorno consciente para el parto sustenta la mayor empatía entre unos ritmos que son únicos para cada madre y cada bebé. También en el proceso de sanación se protegen los ritmos esenciales entre el

cliente, el sanador, la tierra, el espíritu y la fuerza de vida. Estos ritmos exigen nuestra participación y presencia plenas. Como somos uno con la trama de la vida, esta nos invita a sanar, vivir y crear con el aliento de la propia vida. Los reikistas llegan a sintonizarse enormemente con los ritmos energéticos y de la fuerza de la vida, y los practicantes de reiki chamánico extienden esta sintonía hasta el mundo natural, físico. Con ello podemos armonizarnos con la inteligencia viva e innata de la naturaleza. Esta sintonización puede guiarnos a través del caos y el cambio y transformarnos.

Los valores preponderantes de la

cultura occidental se basan en lo material y en servir al yo. En su mayoría consisten en adquirir bienes materiales y conseguir éxito, dinero, estatus social y bienestar para el individuo o la corporación. Este planteamiento tiene como propiedad inherente la tendencia a evaluar la valía de los demás mediante estos patrones y los impone al resto del mundo. Una forma de vida semejante provoca estrés y falta de armonía en los individuos y en la comunidad global; interrumpe nuestro alineamiento con los ritmos naturales, lo que a su vez limita nuestra capacidad para acceder a la sabiduría viva que nos conecta a todos. Está también en asombroso contraste con los valores indígenas tradicionales

centrados en la naturaleza, la comunidad y la familia. Muchos pueblos tribales amazónicos trabajaban sólo tres o cuatro horas al día y disponían de mucho tiempo para jugar, para hace el amor, para contar cuentos y para compartir sueños. Los niños estaban constantemente con los mayores y con sus padres aprendiendo a cazar, a recoger y cuidar de las plantas, a honrar la tierra y a las diosas del agua para que la comida fuera abundante. Parece evidente que gran parte del estrés que sufrimos en nuestro mundo moderno refleja una desconexión de unos valores mucho más completos que nutren la vida, la felicidad y la unidad.

Muchos sanadores son conscientes de ello e intentan vivir de la forma más armoniosa posible con el mundo que nos rodea. Cambiando nuestra consciencia para abrazar nuestra unidad con la vida, nuestras percepciones se expanden de forma que podamos sintonizarnos con más facilidad con los ritmos de sanación de la naturaleza. Con ello comprendemos mejor nuestro lugar en el mundo y, al recibir alimento de la naturaleza y de las fuerzas terrenales y cósmicas, recordamos nuestra propia perfección y la del universo. Además, cada persona tiene un sendero de sanación inimitable, así como unos talentos, habilidades, pasiones y un

temperamento característicos esperando a ser activados. Podemos confiar en que las ideas e inspiraciones que procedan de la profunda sintonía con el mundo natural se alinearán con las nuestras y con el propósito superior de la tierra. Los actos que surgen de este conocimiento generan unidad en lugar de desconexión.

No creemos que sea un accidente el que el cuidado natural de la salud y las terapias energéticas proliferen en el mundo actual. Existen aún grupos conservadores que no aceptan nada nuevo y que consideran que todo lo que se sale de su propio punto de vista es radical. A pesar de ello, en muchos

hospitales norteamericanos y algunos españoles se ofrece el reiki de forma rutinaria como opción sanitaria complementaria para pacientes en situación pre y posoperatoria, para la reducción del dolor, como método de relajación y para acelerar la curación. La práctica del hatha yoga y de las artes marciales orientales está integrada en los enfoques sanitarios interdisciplinarios de balnearios, centros de preparación física, instituciones médicas y gimnasios. El masaje, la acupuntura y los métodos de meditación están ya incorporados, y no consideramos que el chamanismo les vaya muy a la zaga.

El hecho de recoger beneficios para la salud a partir de tradiciones ancestrales se ajusta a las necesidades actuales, y sus facetas espirituales son alimento para nuestras almas hambrientas. Aunque estamos avanzando en la dirección correcta, y a pesar de las muchas compensaciones que ofrecen las prácticas holísticas, a menudo se insertan de forma compartimentada en unos sistemas que siguen estando enfocados hacia lo material. Nosotros sugerimos que aún tenemos que subir otro peldaño en nuestra búsqueda de una vida más saludable y feliz. Este peldaño nos exige cambiar nuestra consciencia. Debemos reconocer que ningún sistema

o institución sanitaria es realmente holístico a menos que reconozca que el cuerpo, la mente, las emociones y el espíritu de cada ser humano son uno con los de las demás personas, con la tierra y con todo lo que florece en ella. Armonizándonos con la tierra podemos reducir el estrés individual, lo que constituye un poderoso instrumento de sanación. Sin embargo, desde la perspectiva del reiki chamánico, sintonizarnos con la forma en la que los asuntos medioambientales locales y mundiales nos afectan y ser conscientes de ello no es suficiente para superar las tensiones modernas. Mantenerse equilibrado en un mundo desequilibrado es casi imposible, pues somos uno con

el conjunto. Cada uno de nosotros es responsable de contribuir y vivir de una forma que apoye la vitalidad de toda la vida que existe sobre el planeta y, consecuentemente, de la nuestra.

LOS SANADORES COMO AGENTES DEL CAMBIO GRUPOS DE SANACIÓN DE LA COMUNIDAD DE REIKI CHAMÁNICO

Los maestros y practicantes de reiki de multitud de tradiciones y entornos reflejan el papel del chamán como agente de cambio. La consciencia, la energía y los valores del reiki se ponen al alcance de la comunidad a través de asambleas y círculos de reiki, en reuniones mensuales de sanación y otros círculos espirituales que ofrecen esta técnica. Las personas se reúnen en sus casas, en librerías, bibliotecas, iglesias, hospitales, centros cívicos y muchos otros lugares para reconectarse con el espíritu sin ningún dogma religioso, para

recomponer el cuerpo, la mente y el alma. Irradiar la consciencia de unidad también constituye por sí mismo una herramienta poderosa. Sin embargo, desde el punto de vista del reiki chamánico también es importante elevar concretamente la conciencia de nuestra interdependencia con la naturaleza y la necesidad de vivir en armonía con ella, de ofrecer energía a la gente y a las situaciones más allá de nosotros mismos y de armonizarnos con nuestra tierra viva. Esto favorece algunos de los cambios de la conciencia de los que acabamos de hablar.

El formato que ofrecemos a continuación para una convivencia o un

círculo de reiki chamánico contiene un poder engañosamente sencillo. Las reuniones están abiertas al público en general, se recomiendan de viva voz y son promovidas por patrocinadores. Los promotores pueden también repartir folletos publicitarios y, como no se cobra ninguna cuota por pertenecer a estos círculos, pueden obtener publicidad gratis en los periódicos. Anunciamos el evento con claridad: *Grupo de sanación en comunidad*. Las reuniones suelen celebrarse una noche al mes de forma regular, el tercer miércoles de cada mes, por ejemplo, con una duración de dos horas. También pueden pedirse donativos voluntarios para cubrir gastos.

Los organizadores cuentan a menudo con uno o dos socios y se alternan la dirección de forma que el círculo no se paralice ni dependa de una sola persona. Se invita a otros sanadores para que ayuden a los organizadores en la parte de imposición de manos. En líneas generales, nosotros trabajamos con practicantes de reiki y reiki chamánico, aunque también hemos incluido otros de toque terapéutico, terapia de polaridad y reiki y otras modalidades de sanación. Es un gran vehículo para unir y apoyar a los grupos locales de sanación. La cantidad de sanadores depende del número de personas a las que se espere, y es preferible que sobren que no que

falten. Sin embargo, como la energía depende del entorno, una proporción de un sanador por cada cuatro o cinco participantes es suficiente. A continuación ofrecemos más detalles.

Para los círculos de sanación es necesario tener a mano los siguientes elementos: sillas de respaldo recto colocadas unas junto a otras formando un círculo y otras a mano, una iluminación regulable, una música de fondo relajante y un tocadiscos, una caja o dos de pañuelos de papel, una campanilla, una huaca de tamaño manual, como una piedra, por ejemplo (a estas alturas ya sabes cómo conseguirlas y cuidarlas), que vaya a

utilizarse exclusivamente para este círculo, un paño decorativo, un bolígrafo, un cuadernillo de hojas en blanco y tapas duras y una mesa colocada junto a la pared del fondo de la habitación en la que colocaremos una lista de direcciones de correo con un bolígrafo y unos folletos. También puedes incluir recursos holísticos tuyos propios y de otro tipo, así como aquellos relacionados con las energías renovables, el cambio de paradigmas globales, el activismo espiritual, la ecología espiritual y demás. (En el enlace de *Wakeful Organizations* que encontrarás en la página web www.dreamchange.org puedes obtener más información.) Necesitarás un reloj

que no tenga un tictac muy fuerte para poder estar pendiente de la hora, una sola vela blanca si el patrocinador lo permite y una botella de agua para el organizador. También puedes colocar un ramo de flores, unas ramas de hoja perenne y un pequeño cuenco de agua consagrada si te sientes inspirado a hacerlo.

No perfumamos la habitación ni aportamos ninguna parafernalia espiritual o chamánica exótica, sólo objetos naturales que transmitan belleza, estado de alerta y sanación. Antes de la llegada de los clientes utilizamos medios que no vayan a molestarlos para atraer el poder de los elementos y

santificar el espacio, del tipo de los indicados en el capítulo 10. No inculcamos ninguna creencia que no sea en: 1) la inteligencia sanadora viva de la naturaleza y la fuerza de vida universal; 2) la unidad con la tierra y la necesidad de mantener el equilibrio con ella, y 3) el poder que emana de ser capaces de expresarnos con autenticidad en un entorno comunitario solidario. Todo el mundo es bienvenido, no importa cuáles sean sus creencias o su procedencia.

El círculo de sanación que presentamos a continuación es un modelo ya comprobado, aunque puedes sentirte inspirado a cambiarlo antes de incluirlo en tu bagaje curativo. Si lo

haces, ten en cuenta que, una vez que encuentres una forma que te funcione, será conveniente que la mantengas. La gente se abre con más facilidad cuando se siente cómoda y sabe qué puede esperar la siguiente vez que acuda. La fortaleza del modelo se construye con el tiempo y la repetición, por lo que no pasa mucho tiempo antes de que parezca que el círculo funciona por sí mismo.

CÓMO DIRIGIR EL *CÍRCULO DE SANACIÓN COMUNITARIA*

Antes de que dé comienzo la reunión se anima a las personas a que charlen de modo informal, y quince minutos antes de la hora de inicio prevista se toca una campanilla. En ese momento presentamos el cuaderno decorado de hojas en blanco y lo hacemos circular junto con un bolígrafo por todo el grupo. Explicamos que, aunque cada uno de los presentes va a recibir sanación esa tarde, muchos de nosotros sabemos de alguien que no ha podido acudir, pero que está sufriendo. También somos conscientes de temas sociales y medioambientales globales, así como de

la consciencia que los perpetúa, que deben ser transmutados. Sugerimos extender la energía beneficiosa a estas personas y situaciones mediante nuestra intención. Se invita a los asistentes a escribir en el libro el nombre de pila y la edad de aquellos a los que les gustaría ofrecer sanación. También pueden anotar unas pocas palabras para describir una situación local o global de necesidad. Explicamos que, como la energía se dirige de forma innata, afectará a cada persona y situación de la forma que más tienda a su mayor bien. Si la energía no está abierta para ser recibida, o allí donde eso sucede, sencillamente es absorbida por la tierra o el campo universal. Una variante

puede ser pasar una cestita y unos papeles en blanco. Se anima a los participantes a escribir la misma información acerca de personas o situaciones a las que deseen enviar energía de sanación y a colocar el papel en la cesta.

Al terminar esta actividad el organizador coloca el cuaderno cerrado o la cesta sobre el paño decorativo en el suelo en medio del círculo. Se pueden echar pétalos blancos de flores alrededor del cuaderno y sobre la tela. También se puede colocar cerca una única vela blanca encendida o apagada, dependiendo de lo que esté aprobado en el local. Las ramas de hoja perenne

pueden situarse aquí junto al cuenco de agua o a su alrededor, y quizá se pueden echar también unos pétalos blancos para que floten sobre el agua. Otra posibilidad es que el centro contenga sólo el cuaderno o la cesta. El organizador puede visualizar en privado un vibrante vórtice de energía reiki que sube en espiral desde este punto focal.

Se vuelve a tocar la campanilla y se pide a los asistentes que se sienten. A continuación se atenúa la iluminación. Se dejan unas cuantas sillas libres para los que lleguen tarde, lo que supone un problema menor cuando al principio se estipula un tiempo para el contacto social. El organizador se sienta frente a

la entrada (así le resulta más fácil dar la bienvenida a los que se retrasen) y el resto de los practicantes se mezclan con los participantes. Se pone música y se coloca una caja de pañuelos de papel dentro del círculo. El organizador sostiene la huaca de piedra en la mano.

Da la bienvenida al grupo, se presenta e invita a los practicantes a que se pongan de pie para que la gente sepa quiénes son. A continuación realiza una introducción general comenzando con una breve explicación de lo que es la fuerza de vida universal, cómo se aplica para la sanación por imposición de manos y lo que la gente puede esperar al recibirla. También explica el concepto

de unidad y ayuda a los asistentes a comprender que, en último término, no podemos separar el bienestar personal del planetario ni el nuestro del de los demás.

Antes de pasar la piedra para compartirla, animamos a la gente a que deje que las distracciones exteriores se posen; por ejemplo, no deben estar dándole vueltas a la multa de aparcamiento que les han puesto esa tarde. Los organizadores y practicantes son los conductos para la integridad del grupo y los que la mantienen. Cuanto más involucrados y conscientes estén ellos mismos, mejor.

Describimos el sencillo ejercicio de

compartir que da principio a la tarde. La piedra, que contiene intenciones de sanación, se va pasando hacia la izquierda por todo el círculo. Cuando cada una de las personas coge la piedra expresa con brevedad todo aquello que se sienta inspirado a compartir, lo que tiene más presente en el corazón. Puede tratarse de un asunto personal o relativo a una situación más amplia. Por ejemplo: una persona puede estar luchando contra una enfermedad muy grave; otra, preocupada por el calentamiento global; alguien puede expresar las alegrías de ser abuela; otro puede sentirse molesto por la situación política y social del mundo, y alguien más puede sentir gratitud por estar en el

círculo. Cualquier expresión es bienvenida con las únicas condiciones de que se comparta desde el corazón y que sólo hable la persona que tiene la piedra. Es importante que el organizador pida a los participantes que sean breves y que sólo pronuncien una o dos frases antes de pasar la piedra a la persona que se encuentra a su izquierda. Aquellos que no se sientan inclinados a verbalizar pueden sostener la piedra en la mano o contra el corazón, cerrar los ojos si les apetece y dedicar un momento a compartir en silencio desde el corazón antes de pasarla.

Más tarde, los asistentes suelen comentar el calor que genera la piedra

durante la ceremonia. Se deja claro que todo lo que suceda o se hable en el círculo es sagrado y debe respetarse como confidencial y no contarse fuera de esa habitación. Cuando el continente se perciba como un lugar seguro, los participantes, completos extraños entre sí, pueden abrirse unos a otros de un modo genuino y afectuoso.

Este acto de compartir es seguido por una experiencia de visualización de unos cinco minutos dirigida por el organizador para ayudar a las personas a relajarse y abrirse antes de recibir reiki. Puedes crear una tú mismo sobre la marcha o antes del círculo, o buscar ejemplos en libros o discos holísticos.

El enfoque principal debe ser relajar el cuerpo y la respiración, abrir el corazón, el cuerpo y la mente a la fuerza de vida universal y conectar a las personas con la tierra. Se anima a los asistentes a cerrar los ojos durante este ejercicio y a mantenerlos cerrados durante todo el toque de sanación que sigue a continuación. Se deja claro que las manos se colocarán sólo sobre la cabeza, los hombros y la parte superior del pecho y la espalda de los receptores. Puede que perciban una sensación de calor u hormigueo mientras las manos los están tocando, y posiblemente también cuando no lo hacen. Explicamos que la energía no se limita al acto de tocar a la persona, por lo que incluso

cuando no se está trabajando activamente sobre ella sigue recibiéndola. La función del que la envía y del que la recibe es la misma: abrirse, relajarse y disfrutar.

La parte de sanación dura aproximadamente 45 minutos, tras lo cual los practicantes vuelven a sentarse. Si el tiempo lo permite, se vuelve a pasar la piedra para una última experiencia de compartir, que se realiza como la anterior. La profundidad con que la gente comparte en este momento, la energía palpable que irradia de cada una de las personas y del grupo en su conjunto, llegan a ser muy conmovedoras. El organizador da las

gracias a todo el mundo y cierra la reunión. Al final se reserva algo de tiempo para una discusión más profunda y para reforzar la comunidad y se reparten unos refrescos ligeros si el local lo permite.

NOTAS PARA LOS ORGANIZADORES DE CÍRCULOS Y LOS PRACTICANTES

Aunque lo que presentamos a continuación está orientado hacia un *círculo de sanación comunitaria*, quizá te apetezca integrar algunas de las ideas en tu práctica general de sanación.

El organizador establece el tono de la tarde, y como tal debe ser el primero en coger la piedra y compartir lo que desee. Hace falta conciencia y práctica para abrirse personalmente mientras se mantiene en primer lugar el mayor interés del grupo. Para esto podemos conseguir ayuda a través de la práctica de la *Respiración de luz*, evocando los

símbolos reiki, transformándonos en reiki y en nuestros guías de reiki chamánico, pidiendo al reiki que nos guíe o sencillamente estableciendo una intención clara. Las impresiones de otros organizadores y practicantes tienen un valor incalculable. Para dirigir un círculo público no es necesario ser un presentador perfecto, sino sólo tener el deseo de ayudar al mundo y ser capaz de relajar nuestro ego. De hecho, nuestra propia vulnerabilidad y autenticidad ayuda a los demás a sentirse menos cohibidos de ser lo que realmente son. Una vez más, si contamos con las intenciones y el formato correctos, el círculo de sanación se desarrollará por sí mismo.

Saluda a los asistentes y relaciónate con ellos con calidez, haz que se sientan cómodos y bienvenidos y conéctate con ellos y conéctalos entre sí. Abre tu corazón y, al hacerlo, abre el espacio para que se produzca la magia. No olvides el humor y la alegría. Siente los espíritus y el poder de los elementos contigo. Incluso una habitación lúgubre de un hospital puede transformarse en un lugar sagrado y sanador si se cuenta con la intención adecuada.

Pide a los participantes que abran sus corazones como testigos sagrados mientras los demás comparten sus pensamientos y que ofrezcan su atención silenciosa. Los chamanes quechuas de

Ecuador realizan sanaciones individuales para los norteamericanos que los visitan con todo el grupo presente, reconociendo así la fortaleza de la comunidad. Anima a sentir una conexión con cada persona más allá de su apariencia o sus palabras. El organizador establece contacto ocular con cada uno de los participantes cuando terminan con la piedra o simplemente asiente con la cabeza o susurra: «Gracias». Es imposible sobreestimar el valor de compartir con autenticidad y del reconocimiento por parte de la comunidad. Las personas pueden sentirse tan conmovidas por la ceremonia de pasar la piedra que incluso llegan a llorar. El hecho de ir

más despacio, escuchar de verdad y ser escuchado, o sentir la atmósfera no recargada, pero encantada, del lugar sagrado, constituye una experiencia extraña y fascinante para muchos.

Recuerda al grupo que las situaciones y las personas del cuaderno de sanación o de la cesta se beneficiarán de las energías de transmutación que genera el círculo. Este mismo libro o cesta se usarán para cada reunión mensual. La energía es dirigida a esas personas, situaciones y lugares porque el grupo establece la intención de que así sea y gracias a la colocación del cuaderno en el centro del vórtice. Cuando la energía de sanación envuelve y llena a cada

persona, también se irradia por toda la habitación y queda congelada en el centro, allí donde está situado el cuaderno en el vórtice del círculo. Desde ahí asciende y sale por la espiral. Si utilizas la cesta, los papeles de los participantes pueden quedarse en ella hasta que rebosen. Entonces el organizador los retira y, en una ceremonia privada, los quema mientras se conecta con el espíritu de la tierra y le pide que continúe la sanación que se empezó cuando cada uno de ellos fue introducido en la cesta.

Durante el trabajo de imposición de manos pueden brotar intuiciones en los individuos relacionados con los temas

de la cesta o del libro. Durante la parte de sanación también pueden burbujear las emociones, vislumbrarse nuevos ángulos en temas personales difíciles y ocurrirse nuevas perspectivas para nuestro papel en este mundo rápidamente cambiante. Al recibir la energía de sanación, las personas pueden abandonar con más facilidad las heridas y las ofensas pasadas y abrir su corazón. Con ello obtienen una comprensión más profunda del viaje de su vida y de lo que sólo ellos pueden ofrecer al conjunto.

Apoya a las personas a honrar estos susurros del espíritu pidiéndoles que los anoten después de la reunión y

reflexionen sobre ellos en casa. Si lo que ha sido removido en un individuo exige alguna acción por su parte, es preferible que la lleve a cabo de la forma y en el momento que le parezcan más adecuados para lograr la plena participación del universo. Las acciones pueden manifestarse como cambios de vida muy personales y callados, aunque algunas personas sienten el impulso de actuar en círculos sociales, medioambientales o políticos visibles. Recuerda a todo el mundo que la fuerza de vida universal es omnipresente, especialmente tangible a través de la naturaleza, y que se accede a ella por medio de un corazón abierto. Puede que después de la sesión deseen beber un

vaso de agua o tomar algo de comer, mezclarse con la gente y charlar o dar un paseo antes de volver a casa. De todas formas, es bueno permanecer centrado en el corazón y no entablar discusiones acaloradas.

ENVIAR ENERGÍA A NUESTRO MUNDO VIVIENTE

Existen también otras prácticas sencillas para el trabajo energético de grupo. En la primavera de 1999 los representantes de Dream Change enterraron jarrones de paz budistas tibetanos en las profundidades de la selva amazónica. En colaboración con la Sacred Earth Network, también se colocó un jarrón de paz en un templo budista tibetano de Kyzyl, en Tuva. Otro se enterró junto a un río de la región montañosa de Shor, en Siberia. Por iniciativa de Su Santidad Dilgo Khyentse Rinpoche, cientos de estos jarrones fueron colocados por

voluntarios en lugares de todo el mundo. Contenían objetos consagrados que emanaban bendiciones para el entorno con el fin de prevenir acontecimientos negativos y equilibrar las energías naturales.

Muchos otros grupos indígenas, incluidos los mayas, utilizan tecnologías y ceremonias espirituales para llevar sanación y bendiciones a la tierra, desviar o equilibrar las energías potencialmente caóticas y armonizar la consciencia humana con la tierra viva. La mayoría de los practicantes de reiki chamánico no pueden seguir su ejemplo viajando por todo el mundo para poner sus manos de reiki sobre la tierra en

busca de sanación y equilibrio. Sin embargo, sí pueden vivir de forma sostenible y en correcta relación con ella y animar al resto de la gente a que haga lo mismo. También pueden irradiar bendiciones al mundo manteniéndose claros y presentes y enviando energía de forma activa a la tierra y fortaleciendo su conexión con ella.

A continuación presentamos un ejercicio de envío de reiki chamánico adaptado de una práctica tibetana. También puede emplearse para mandar energía de sanación y compasión a cualquier localidad o situación de la Tierra, para cambiar nuestro concepto de separación de la Tierra y para aliviar

un conflicto planetario existente o posible. Este método posee una poderosa capacidad de armonizarnos con la consciencia de la tierra y resulta muy efectivo para cualquier actividad de grupo.

Esta práctica se realiza en grupo tras pasar un tiempo consciente en la naturaleza celebrando ceremonias o meditando juntos. También puede utilizarse como cierre de un *círculo de sanación comunitaria*. El grupo tiene que ser un recipiente armonioso para la fuerza vital. Como de forma natural se forma un fuerte vórtice de energía entre los que se congregan con una intención clara, el grupo debe sentirse conectado a

tierra, resonante y lúcido, con una energía potente.

Colocados de pie en círculo nos cogemos de las manos, hacemos tres respiraciones profundas, nos asentamos plenamente en nuestro cuerpo y abrimos el corazón. Al hacerlo notamos el calor de las manos de los otros participantes y nos sentimos agradecidos por contar con los demás y con la tierra que nos alimenta y nos sostiene. Percibimos nuestro amor por la tierra y traemos a nuestra mente su belleza exquisita mientras permitimos que nuestro aprecio hacia ella se convierta en una fuerza palpable en nuestro corazón. Respiramos como un solo ser en unísono

con la Tierra y las fuerzas cósmicas, inmersos en la fuerza de vida y sintiendo la intención amorosa de esta energía. Los reikistas de segundo nivel o superiores pueden invocar los símbolos reiki y transformarse en energía reiki o en la de sus guías de reiki chamánico.

Después de soltar la tercera exhalación nos centramos en la espiral de energía reiki situada en el centro de nuestro círculo. Dedicamos unos momentos a sentir el poder del vórtice y puede que veamos, percibamos, intuyamos, escuchemos o experimentemos de algún otro modo la luminosa e indestructible cualidad de esta luz en espiral. Cuando la espiral

nos resulta muy real, establecemos nuestra intención de ofrecer energía allí donde se necesite en nuestro planeta, en cualquier lugar que esté abierto a recibirla.

Si lo desean los participantes, pueden verbalizar en este momento algunos de los lugares o situaciones a los que establecen su intención de que viaje esta energía. Por ejemplo, lugares concretos de degradación medioambiental, guerras y zonas que sufren por alguna catástrofe natural, actitudes políticas y sociales destructivas, dirigentes mundiales, pozos de petróleo en la selva y otros asuntos relacionados con el medio ambiente, posibles desequilibrios y caos

futuros o esquemas mentales que nos separan de la naturaleza. Al hablar y escuchar lo que otros expresan, visualizamos o sentimos nuestra conexión con cada una de las situaciones. Cada persona se establece firmemente a sí misma como conducto de la brillante fuerza de vida. A continuación todos abren el corazón a la confusión del mundo y hacen intención de emanar bendiciones, compasión, transmutación y equilibrio a través del vehículo de la fuerza de vida universal. Esta experiencia puede resultar muy emotiva.

El que ha sido designado líder del grupo aprieta y suelta con suavidad las

manos que sostiene en las suyas. Todos los participantes en el círculo hacen lo mismo. A continuación, y siguiendo la dirección del líder, los asistentes unen sus manos en oración y, para focalizar e intensificar las fuerzas que van a ofrecer, se las frotan con rapidez (unas 36 veces). Se irradia calor, la concentración está alerta y se activan el corazón y el cuerpo. Cada persona se prepara para ofrecer una parte de las virtudes, las bendiciones y la fuerza de vida que el grupo ha atraído.

A la cuenta de tres, todos los miembros del círculo abren las manos con las palmas hacia arriba y luego soplan con el aliento del espíritu a

través de ellas hacia la espiral de energía mientras pronuncian un fuerte «¡chuuuu!» para impulsar la energía hacia arriba y hacia fuera a través del remolino del vórtice. Al hacerlo imaginan, sienten, ven o simplemente saben que la energía viaja allí donde se la necesita. Se elevan los brazos al cielo para dirigir a las fuerzas de sanación en su fluir hacia arriba y fuera del círculo. Algunos puede que intuyan o vean las escenas y circunstancias que las reciben. Como la energía posee su propia inteligencia, afectará a cada situación de una forma única y en favor de su mayor bien.

INSPIRACIÓN DE CIERRE

Ahora es tu turno para descubrir el poder del reiki y el chamanismo. Por sí mismos constituyen unas formas poderosas de sanación. Juntos, su poder se multiplica y quedan disponibles algunos métodos de sanación que no son accesibles si se utilizan por separado. Nuestro propósito para *Reiki chamánico* ha sido presentarte conceptos de ambos y proporcionarte unos métodos detallados y comprobados que den realce a tus propias prácticas de sanación o que trabajen en ti mismo. Lo que presentamos aquí no es el final del conocimiento acerca de reiki chamánico, sino el principio. El principio concreto

que se ha ilustrado a lo largo de este libro expresa de forma única la sabiduría combinada de cada uno de nuestros enfoques (los de los autores). Tal y como hicimos en sus páginas, te animamos a que utilices lo que te hemos presentado tal y como nosotros lo hacemos o que lo modifiques para que se ajuste a tus necesidades y formas de sanación. El reiki chamánico consiste en cultivar tu propia relación con el espíritu e intuir el conjunto correcto de herramientas para cada individuo y circunstancia.

Años de práctica nos han demostrado la potencia del reiki chamánico como instrumento de sanación. Mediante él

aprendimos hace mucho que los milagros son normales y forman parte de nuestro patrimonio como seres humanos. Los practicantes facilitan el entorno para que cada persona pueda acceder a su propia integridad en el momento y la forma que reflejen su mayor bien. Mientras manteníamos ese espacio hemos sido testigos de sanaciones físicas espontáneas que desafiaban a la moderna ciencia médica. Hemos visto profundos cambios de vida. El trabajo nos ha demostrado que cada individuo posee el poder de sanarse a sí mismo, un poder que se amplifica en un entorno incondicional y amoroso. Nadie puede predecir el resultado de una sesión o de una relación de sanación, pero en el

reiki chamánico descansamos confiados en que cualquier cosa que suceda es lo que debe suceder y nos abrimos a lo inesperado. Nuestro descubrimiento más importante y excitante ha sido que ni el mundo ni nosotros somos como hemos sido condicionados a creer que somos. Haber adoptado esta práctica ha ampliado nuestros horizontes y nos ha ayudado a relacionarnos con los clientes, con nosotros mismos y con el mundo desde puntos de vista propios y sosegados. Consideramos este planteamiento más extenso como esencial para la salud de nuestro planeta y la nuestra propia mientras avanzamos juntos en unos tiempos cada vez más

complejos. Esperamos que tú, que has leído este libro, descubras también estas conexiones tan poderosas, lo que realzará tu viaje como sanador de reiki chamánico y te unirá al círculo universal de sanadores.

Que camines siempre con el espíritu, que ofrezcas calidez a todo aquel que busque tu ayuda en su sendero de sanación y que estos viajes beneficien a toda la vida sintiente.

ACERCA DE LOS AUTORES

Llyn Roberts lleva practicando reiki usui desde principios de 1989 y ha estado enseñando reiki no tradicional desde 1993 y reiki chamánico desde 1996. Tiene un máster en Psicología Budista Tibetana y Occidental por la Universidad Naropa y fue alumna de Chogyam Trungpa, Rinpoche. Ha diseñado y dirigido viajes para trabajar con chamanes y ancianos de regiones remotas de la cuenca amazónica, las

estepas asiáticas, las cumbres andinas y las tierras ancestrales de los mayas centroamericanos. Ha llevado a cabo un entrenamiento muy amplio con pueblos quechuas tradicionales y está iniciada en los círculos chamánicos de los hombres pájaro de Siberia y Ecuador. También tiene formación en sanación psíquica y modalidades cuerpo-mente, ha dirigido programas y da clases en el Omega Institute y otras instituciones educativas de Estados Unidos y Europa. Dirige una organización sin ánimo de lucro, Dream Change (que aplica sabiduría indígena para el cambio personal y global). Ha escrito *The Good Remembering: A Message for Our Times*. Puedes informarte más acerca de Llyn Roberts y

Dream Change en www.thegoodremembering.com o en www.dreamchange.org.

Robert Levy se formó originalmente en la tradición del reiki usui. Es maestro practicante y profesor de reiki no tradicional y practicante chamánico desde 1995. Combina, y anima a sus alumnos a que combinen, otras modalidades de sanación con el reiki. Ha asistido por separado a John Perkins, Llyn Roberts y la doctora Eve Bruce en talleres chamánicos del Omega Institute durante muchos años y ha trabajado con ellos y con maestros chamánicos indígenas en las *Reuniones de chamanes/conservadores de la*

sabiduría de Dream Change en el Omega. Ha estudiado con chamanes occidentales y con otros procedentes de Brasil, Perú y Ecuador. Sus principales maestros son: Ipupiara Makunaiman, de la tribu ure-reu-wau-wau brasileña, y Cleicha Toscano, de origen peruano. Robert Levy vive y practica reiki chamánico en la ciudad de Nueva York. Es el coordinador de los grupos regionales del *WOW! Community Program (WCP!)* de Dream Change: www.dreamchange.org o ShamanicReiki@aol.com.

Llyn Roberts y **Robert Levy** responderán a las preguntas acerca de su trabajo privado, sus apariciones en

público y sus estudios posteriores de reiki chamánico, pero el gran volumen de mensajes electrónicos relacionados con las opiniones y reacciones despertadas por este libro hace imposible que los contesten todos.

Para más información sobre otros títulos de

ARKANO BOOKS

visita

www.alfaomega.es